

TV Regen - Sommer-Trainingsplan bis September 2021

Wochentag	Uhrzeit	Trainingsort	Trainingsangebot	Übungsleiter	
Montag					
	1530 – 1700 Uhr	MS Halle 1	Turnen für Mädchen und Buben (ab 6 Jahren)	Isabell Eder	ab Sept2021
	1530 – 1700 Uhr	Kirchdorf	TV Gerätturnen in Kirchdorf • Mädchen und Buben ab 1. Klasse	Liesa Stadler, Hanna Stadler	ab Sept2021
	1600 – 1730 Uhr	RS-2	Fit ab 60	Elisabeth Dengler	ab Sept2021
	1830 – 1930 Uhr	Siehe Internet	Lauf-Treff	Siehe Internet /Presse	
	2000 – 2130 Uhr	Studio Simon	Yoga	Marzena Muschiol	ab Sept2021
	2000 – 2100 Uhr	MS Halle 1	Power Circle	Stefan und Carola Witzenzellner	bis Sept 2021
	2000 – 2100 Uhr	MS Halle 1	Bauch Beine Po	Marion Weber	ab Sept2021
Dienstag					
	1530 bis 1630	MS Halle 1	Senioren ab 60	Elisabeth Dengler	bis Sept 2021
	1700 – 1900 Uhr	MS Halle 2	Herzsport	Sonja Kißlinger	bis Sept 2021
	1900 – 2000 Uhr	MS Halle 2	Zumba	Regina Ana Lazo	bis Sept 2021
	1830 – 2000 Uhr	MS Halle 1 oder Hartplatz	TV FIT & Hallenhockey	Stefan Pongratz	ab Juli 2021
	1830 - 2000 Uhr	RS 2	Power Fitness für Frauen	Theresa Fischer	ab Sept2021
Mittwoch					
	0830 – 1000 Uhr	Siehe Zeitung	Nordic Walking (ganzjährig)	Mucki Simon	
	1530 – 1700 Uhr	MS Halle 2	Eltern-Kind-Turnen (1-4 Jahre)	Verena Kronschnabl, Patrizia August Sandra Dellkamm	
	1530 – 1700 Uhr	MS Halle 1	Turnzwerge (4-6 Jahre)	Tina Genoska, Kroner Christina	
	1530 - 1830 Uhr	RS 2	Gerätturnen f.Fortgeschrittene Wettkampfturner(innen)	Bettina und Markus Kaufmann, Alina Stamm und Isabell Eder	ab Sept2021
	1830 - 1930 Uhr	MS Halle 1	Power Circle	Stefan und Carola Witzenzellner	ab Sept2021
	1830 - 1930 Uhr	Siehe Zeitung	TV FIT Outdoor	Stefan Pongratz	
	2000 - 2130 Uhr	Studio Simon	Yoga	Marzena Muschiol	ab Sept2021
	2000 – 2100 Uhr	MS Halle 2	TV Step / Flexi Training mit "Redondo Ball plus"	Margit Wöfl	
Donnerstag					
	1700 – 1830 Uhr	MS Halle 1	Aikido	Christian Reif, Angelina Wolf	
	1845 – 1945 Uhr	im Kurpark bei den Steinen	QiGong	Vera Vogelova	
	1700 – 1830 Uhr	RS 1	Herzsport	Sonja Kißlinger	ab Sept2021
	1830 – 2000 Uhr	RS 1	Rückenfitness	Karin Kraus	ab Sept2021
	1830 - 2000 Uhr	RS 2	Zumba	Probst Christina	ab Sept2021
	2000 – 2130 Uhr	RS 2	Kurse		ab Sept2021
Freitag					
	0800 bis 0900 Uhr	im Kurpark bei den Steinen	QiGong	Vera Vogelova	
	1415 bis 1515	RS 2	Tanzen für Kids (ab 6 Jahre)	Eva Maria Stern	ab Sept2021
	1530 bis 1730 Uhr	MS Halle 3	Breitensport (ab 11/12 Jahren +)	Liesa Stadler, Rainer Hofmann	ab Sept2021
	1830 bis 2000 Uhr	MS Halle 1	TV Bergfit - Skigymnastik	Margit Wöfl Stefan Pongratz	ab Sept2021
	1800 – 2000 Uhr	Siehe Zeitung	Nordic Walking (Juni bis September!)	Karin Kraus	
	1830 – 1930 Uhr	Studio Simon	Pilates - Anfänger (Pluspunkt Gesundheit)	Mucki Simon	
	2000 – 2130 Uhr	RS 1 und 2	Kurse		ab Sept2021
Samstag					
	0900 – 1200 Uhr	MS Halle 2 oder RS 2	Gerätturnen für Fortgeschrittene / Wettkampfturner(innen)	Bettina und Markus Kaufmann, Alina Stamm und Isabell Eder	ab Sept2021
Sonntag					
	1800 – 2000 Uhr	MS Halle 1 und 2	Tanzkurs für Fortgeschrittene / Tanzabend (Termine Homepage oder PNP / WAS-WANN-WO)	Brigitte und Franz Klauser	ab Sept2021