

Belegungsplan Sportbox und TSV Halle



Montag

Änderungen:

| | | |
|-------------------|---|---|
| 8:15 - 9:15 | PK05/06/07 - Functional Training / Sportbox unten/ Trainerin: Nicole Vogt | |
| 8:45 - 9:45 | Beckenbodentraining / Sportbox großer Raum oben / Trainerin: Anna Failer | |
| 9:00 - 10:00 | Wirbelsäulengymnastik / Turnhalle / Trainerinnen: Anneliese Rupprecht | |
| 9:00-10.00 | Rehasport / Sportbox Raum 2 kleiner Raum oben / Trainerin: Barbara Schrettle | |
| 10:15 - 11:15 | Body Balance / Sportbox großer Raum oben / Trainerin: Yvonne Gold | |
| 18:30 - 19:30 | Step Aerobic / TSV Turnhalle / Trainer/in: Karin Kneise, Michaela Failer, Katrin Trauner | 08.11 im Raum 3 - Sportbox / Halle ab 15:00 Uhr gesperrt |
| 19:00 - 21:00 | Boxen-Erwachsene / Sportbox Raum 1 (EG) | |
| 19:00 - 21:00 | Boxen-Jugend / Sportbox Raum 1 (EG) | |
| 19:00 - 20:30 | Hanbo-Jutsu/Sportbox Raum 2 (oben)/Dojo TSV Halle/Trainer: Roland Theiss | In Dojo, wenn Kleiner Raum von Body-Forming benötigt |
| 19:00 - 20:00 | K07-1 - Body-Forming / Sportbox großer Raum oben / Trainerin: Marietta Merk | Kleiner Raum, wenn Step-Aerobic ausweichen muss |
| 20:00 - 21:00 | Pilates / Sportbox großer Raum oben / Trainerin: Marietta Merk | ÄNDERUNG: Ab sofort Sportbox großer Raum oben |
| Dienstag | | |
| 9:00 - 10:00 | Wirbelsäulengymnastik / Turnhalle / Trainerinnen: Christa Schmidt und Anneliese Rupprecht | |
| 9:00 - 10:00 | Pilates / Sportbox großer Raum oben / Trainerin: Yvonne Gold | |
| 16:30-17:30 | Boxen/Sportbox Raum 1 | |
| 17:45-18:45 | Boxen/Sportbox Raum 1 | |
| 19:00-20:15 | Boxen/Sportbox Raum 1 | |
| 20:30-21:45 | Boxen/Sportbox Raum 1 | |
| 17:00 - 17:45 | Flexi Bar / Sportbox großer Raum oben / Trainerin: Yvonne Gold | |
| 17:00 - 17:45 | K06 Flexi-Bar / Sportbox großer Raum oben / 10x | |
| 18:00 - 19:00 | Body-Art / Sportbox kleiner Raum oben/ Carolin Buchberger | ab 05.10.2021 |
| 18:00 - 19:00 | K17/K18 Body-Art / Sportbox kleiner Raum oben / 10x | |
| 18:00 - 18:50 | Pilates / TSV Halle / Trainerin: Anna Failer | am 09.11 im Dojo TSV Halle / Halle ab 15:00 Uhr gesperrt/07.12 Halle gesperrt |
| 18:30 - 20:00 | Ju-Jutsu/Sportbox Raum 3/Trainer: Michi Löscher | |
| 18:30 - 20:00 | Ju-Jutsu/Sportbox Raum 3/Trainer: Michi Löscher | |
| 19:00 - 19:55 | Fit Forever / Turnhalle / Trainerin: Anni Failer | am 09.11 im Raum 2 - Sportbox/ Halle ab 15:00 Uhr gesperrt |
| 19:00 - 20:30 | Fitnessboxen-Damen / Sportbox Raum 1 (EG) | |

| Mittwoch | | |
|-----------------|---|---|
| 9:45 - 10:45 | Eltern-Kinder-Turnen / 09:45-10:45 Uhr / TSV Halle | |
| 14:15 - 15:00 | Eltern-Kind-Turnen / 14:15-15:00 Uhr/ TSV Halle | |
| 15:30 - 16:30 | Eltern-Kinder-Turnen / 15:30-16:30 Uhr / TSV Halle | |
| 17:30 - 18:30 | Body Workout / Sportbox großer Raum oben / Trainerin: Michaela Failer | |
| 17:30 - 18:30 | Boxen-Kinder / Sportbox Raum 1 (EG) K07 | |
| 17:45 - 18:45 | Step Aerobic / TSV Halle / Trainerin: Karin Kneise | am 06.10 / 27.10. / 03.11 / 10.11 im Raum 3 - Sportbox/ Halle ab 18:00 Uhr gesperrt |
| 19:00 - 21:00 | Boxen-Jugend / Sportbox Raum 1 (EG) | |
| 19:15 - 20:15 | Wirbelsäulengymnastik / Turnhalle / Trainerin: Anneliese Rupprecht | am 15.09 / 22.09 / 29.09 / 06.10 / 13.10 / 20.10 / 27.10 / 03.11 / 10.11 im Raum 3 - Sportbox |
| 20:00 - 21:00 | 4XF / Sportbox großer Raum oben / Trainer: Sammy Satzinger (5x) | |

| Donnerstag | | |
|----------------------|---|---|
| 9:00 - 10:00 | Wirbelsäulengymnastik / Turnhalle / Trainerinnen: Anneliese Rupprecht | |
| 10:00 - 11:00 | Step Aerobic / Sportbox großer Raum oben / Trainerin: Carolin Buchberger | |
| 17:30 - 18:00 | Ju-Jitsu Kindertraining / Sportbox Raum 3 / Trainer: Roland Theiss | |
| 18:00 - 19:00 | Rehasport / Sportbox Raum 2-kleiner Raum oben / Trainerin: Barbara Schrettle | |
| 18:30 - 20:00 | Ju-Jitsu / Jugend- und Erwachsenentraining / Sportbox Raum 3 / Trainer: Roland Theiss | |
| 19:30 - 20:30 | K02 Zumba / Grundschulturnhalle Ecknach / 10x | ACHTUNG: Bis Ende November in Ecknach. Danach wieder in der TSV Halle. Ab Januar 2022 vermutlich immer freitags von 18:00 bis 19:00 Uhr in der Sportbox, großer Raum. - in Abklärung - |
| 18:30 - 20:00 | Karate Erwachsene/ TSV Halle Dojo / Herman Oswald, Jürgen Pettinger, Daniel Höger | |
| 19:00 - 20:30 | Fitnessboxen-Damen / Sportbox Raum 1 (EG) | |

| Freitag | | |
|----------------------|---|---|
| 9:00 - 10:00 | Pilates / Sportbox großer Raum oben / Trainerin: Yvonne Gold | |
| 9:00 - 10:00 | Standfest & Fit / TSV Halle / Trainerin: Anna Failer | |
| 15:30 - 18:00 | Wettkampftraining nach Vereinbarung / Dojo - TSV Halle | |
| 18:00-19:15 | Karate Erwachsene Raum 1 | |
| 17:30 - 18:30 | Boxen-Kinder / Sportbox Raum 1 (EG) | |
| 18:00 - 19:00 | ZUMBA / Sportbox Raum 3 AB JANUAR 2022 | Vermutlich ab Januar 2022! Wird per Aushang, Webseite und App bekannt gegeben. |
| 19:00 - 21:00 | Boxen-Erwachsene / Sportbox Raum 1 (EG) | |
| 19:45 - 20:45 | K01 Tai Chi / Sportbox kleiner Raum oben / 3x | |
| 19:45 - 20:45 | Tai Chi / Sportbox großer und kleiner Raum oben / Übungsleiter: Hermann Oswald und Daniel Höger | |