

KURSANGEBOT - Stand: Jan 2023

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Gymnastik Senioren 08:45 - 09:45 Uhr						
Eltern-Kind Turnen 10:00 - 11:00 Uhr						
Gymnastik Senioren 11:00 - 12:00 Uhr					Zumba 11:00 - 12:00 Uhr	
Yoga 15:00 - 16:15 Uhr	Kinderturnen 16:00 - 17:00 Uhr	Gymnastik Senioren 15:30 - 16:30 Uhr	Kinderturnen 16:00 - 17:00 Uhr und 17:00 - 18:00 Uhr	Sport für Jungs 15:00 - 16:30 Uhr	Badminton 13:30 - 16:00 Uhr	Nin-Jutsu 12:00 - 15:00 Uhr
Turnen ab 6 Jahre 16:30 - 18:00 Uhr	Eltern-Kind Turnen 17:00 - 18:00 Uhr	Eltern-Kind Turnen 16:30 - 17:30 Uhr	Rückensport 18:00 - 19:00 Uhr	Leichtathletik Kinder 16:00 - 17:30 Uhr		
Ju-Jutsu Jugend 17:00 - 18:30 Uhr	Gymnastik Senioren 18:00 - 19:00 Uhr	Ju-Jutsu Jugend 17:00 - 18:00 Uhr und 18:00 - 19:00 Uhr	Rückensport 19:00 - 20:00 Uhr und 20:00 - 21:00 Uhr	Leichtathletik Jugend 17:30 - 19:00 Uhr		Line- & Kreis-Tanz 18:00 - 19:30
Fitness 18:00 - 19:00 Uhr	Nin-Jutsu 18:00 - 20:00 Uhr	Walking 18:00 - 19:30 Uhr	Zumba 19:00 - 20:00 Uhr (Münzenberger)	Prellball Erwachsene 20:00 - 22:00 Uhr		
Ju-Jutsu 18:30 - 20:30 Uhr	Fitness 19:00 - 20:00 Uhr	Tischtennis Jugend 18:00 - 19:30 Uhr	Badminton 19:30 - 22:00 Uhr (Heinrich-Kleyer)			
Fitness Frauen 19:00 - 20:00 Uhr	Yoga 20:15 - 21:30 Uhr	Ju-Jutsu 19:00 - 21:00 Uhr	Volleyball 19:30 - 22:00 Uhr (Heinrich-Seliger)			
Fitness 20:00 - 21:00 Uhr		Tischtennis 19:30 - 22:00 Uhr				
Tischtennis Jugend u. Erw. 18:00 - 22:30 Uhr (Sportpark Preungesheim)		Volleyball Jugend u. Erw. 19:00 - 22:00 Uhr (Liesel-Oestreicher)				

Für weitere Informationen zu den einzelnen Kursen, besuchen Sie bitte unsere Webseite www.jahnvolk.de oder schauen Sie auf unseren detaillierten Übungsplan.

In den Schulferien (Weihnachten, Ostern, Sommer, Herbst) finden in der Regel keine Übungsstunden für Kinder und Jugendliche statt.