



Sommerferien - Trainingsplan

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag/Sonntag
26.7. - 1.8.21	Normaler Trainingsplan siehe Homepage			Do 29.7.-Sa 31.7. Jugend FERIEN CAMP		
1. Woche 2.8. - 8.8.21	14.30-15.30 H2 Seniorengymnastik				17.45-19.15 H1 Kickboxen	So 8.8.21 Beachvolleyball Ortsturnier
	18.45-20.00 H2 Functional Fitness	19.30-21.00 H1 FIT-Mix	19.00-20.00 H1 Pumping Fit		17.45-19.15 H1 Kickboxen	
	20.00-21.30 H1 Fitness Boxen					
2. Woche 9.8. - 15.8.21	14.30-15.30 H2 Seniorengymnastik					So 15.8.21 Familien Sportsonntag
	18.45-20.00 H2 Functional Fitness	19.30-21.00 H1 FIT-Mix	19.00-20.00 H1 Pumping Fit		17.45-19.15 H1 Kickboxen	
	20.00-21.30 H1 Fitness Boxen					
3. Woche 16.8. - 22.8.21	14.30-15.30 H2 Seniorengymnastik					
	18.45-20.00 H2 Functional Fitness				17.45-19.15 H1 Kickboxen	
	19.00-20.30 Schul-SH2 Konditionstraining	19.30-21.00 H1 FIT-Mix	19.00-20.00 H1 Pumping Fit			
4. Woche 23.8. - 29.8.21	14.30-15.30 H2 Seniorengymnastik					
	18.45-20.00 H2 Functional Fitness				17.45-19.15 H1 Kickboxen	
	19.00-20.30 Schul-SH2 Konditionstraining	19.30-21.00 H1 FIT-Mix	19.00-20.00 H1 Pumping Fit			
5. Woche 30.8. - 5.9.21	14.30-15.30 H2 Seniorengymnastik					
	18.45-20.00 H2 Functional Fitness				17.45-19.15 H1 Kickboxen	
	19.00-20.30 Schul-SH2 Konditionstraining		19.00-20.00 H1 Pumping Fit			
6. Woche 6.9. - 12.9.21	14.30-15.30 H2 Seniorengymnastik			Arbeitseinsatz Putzen und Instandstandhaltung (kein Sportbetrieb)		
	18.45-20.00 H2 Functional Fitness		19.00-20.00 H1 Pumping Fit			
	20.00-21.30 H1 Fitness Boxen					

H = TSG Halle Schul-SH = Schulzentrum Sporthalle



Normaler Trainingsbetrieb:
Volleyball | Indiacca | Tischtennis
Basketball | Selbstverteidigung | SPAZ

Wir machen Ferien:
Ab 13. September startet unser Training wieder
Kinderturnen | Ballschule | Jazz/ Ballett

Folgt uns auf:

