

Trainingsangebote und -zeiten



Tag	Veranstaltung	Zeit	Ort	Trainer
Montag	Nordic Walking	8.00 – 09.30	Treffpunkt: PH	Esther Riedinger
	Step Aerobic	18:30 – 19:30	PH	Karin Schowalter
	Kombi-Fit Gymnastik	19:30 – 20:30	PH	Karin Schowalter
	Geräteturnen für Schulkinder	16:15 – 17:30	SH	Vitina Deckarm
Dienstag	Fit in den Tag	09.00 – 10.00	PH	Margit Theison
	Eltern-Kind Turnen	16.15 – 17.15	SH	Anja Hofer
	Kinderturnen	17.15 – 18.15	SH	Anja Hofer
	Fayo (gebührenpflichtig)	18.00 – 19.00	PH	Karin Schowalter
	Pirminius-Runners (Freizeitläufer)	18.15 – 19.30	Treffpunkt: PH	Daniel Guth/ Annika Stegner
	Gesunder Rücken	19.00-20.00	PH	Matthias Bischoff
	Volleyball	19.00-20.30	SH	Gerdi Dahlhauser
	Rücken-Fit für Männer	20.00-21.00	PH	Matthias Bischoff
Mittwoch	Tanzmäuse (ab 3 Jahre)	16.00 – 16.45	PH	Vitina Deckarm
	Nordic Walking	18:00 – 20:00	Treffpunkt: Alte Turnhalle	Esther Riedinger
	Line Dance (Anfänger)	17.00– 18.00	PH	Maria Pompeo
	Line Dance (Fortgeschrittene)	18.00 – 19.00	PH	Maria Pompeo
	Line Dance (Fortgeschrittene)	19.00 – 20.00	PH	Maria Pompeo
	Line Dance (Anfänger)	20.00 – 21.00	PH	Maria Pompeo
Donnerstag	Seniorenfitness	14.30 - 15.30	PH	Sonja Niederauer
	Strong by Zumba	18.15 – 19.00	PH	Annika Stegner
	Yoga	19.15 - 20.00	PH	Annika Stegner
	Tanzgruppe des TVH	20.00 – 21.00	PH	Giulia Emmert
Sonntag	Pirminius-Runners (Freizeitläufer)	9.00 - 10.00	Treffpunkt: PH	Daniel Guth/ Annika Stegner

Januar 2022

PH: Pirminiusshalle, Bahnhofstraße; SH: Schulturnhalle der Grundschule Hornbach, Turnhallstraße