

Trainingsangebote und -zeiten



Tag	Veranstaltung	Zeit	Ort	Trainer
Montag	Step Aerobic	18:30 – 19:30	PH	Karin Schowalter
	Kombi-Fit Gymnastik	19:30 – 20:30	PH	Karin Schowalter
	Geräteturnen für Schulkinder	16:00 – 17:30	SH	Vitina Deckarm
	Volleyball	19.00 – 21.00	SH	Julia Brill/ Klaus Wottke
Dienstag	Aktiv in den Tag	09.30 – 10.30	PH	Margit Theisoehn
	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
	Gesunder Rücken	19.00-20.00	PH	Karin Schowalter
	Volleyball	19.00-21.00	SH	Gerdi Dahlhauser
	Rücken-Fit für Männer	20.00-21.00	PH	Karin Schowalter
Mittwoch	Tanzmäuse (ab 4 Jahre)	15.30 – 16.30	PH	Vitina Deckarm
	Pir-Minis	16.45 – 17.30	PH	Michaela Früauf
	Line Dance (Wiedereinsteiger/ Fortgeschrittene I)	17.30– 19.00	PH	Maria Pompeo
	Line Dance (Fortgeschrittene II)	19.00 – 20.30	PH	Maria Pompeo
	Pirminius Runners (Freizeitläufer)	18.00 – 19.00	Treffpunkt: PH	Daniel Guth/ Annika Stegner
Donnerstag	Fit am Morgen	9.00 -10.00 Uhr	PH	Bärbel Paulus
	Seniorenfitness	14.30 - 15.30	PH	Sonja Niederauer
	Nordic Walking	18.00 – 20.00	Treffpunkt: Physio Meyer	Esther Riedinger
	Strong by Zumba	18.15 – 19.00	PH	Annika Stegner
	Yoga	19.10 - 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

Oktober 2023

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