

Wochenplan Waldstadion

Trainingszeiten	Dynamikfläche	Uhrzeit	B-Platz	Uhrzeit
Montag				
	Damengymnastik 2	18 - 19 Uhr	1.Herren	18:30 - 20 Uhr
	Rückenfit *	18:30 - 19:30 Uhr		
Dienstag				
	Rückenfit 3	9-10 Uhr	2.Herren	18:30 - 20 Uhr
	Bodyfit (alternativ online)	19:30 - 20:30 Uhr		
Mittwoch				
	FitTeens	17:00 - 18:00 Uhr	AS	17:30-19:00 Uhr
	Yoga (alternativ online)	19:30 - 20:30 Uhr	1.Herren	19:15- 20:30 Uhr
Donnerstag				
	Herrentrimmen**	18-19 Uhr	2.Herren	18:30 - 20 Uhr
	Body & Mind (alternativ online)	19:45 - 20:45 Uhr		
Freitag				
			1.Herren	18:30 - 20 Uhr

Stand
10.07.2020

* Auf einer parallel nicht genutzten Fläche auf dem Sportgeländer in Abstimmung mit Damengymnastik 2
**in Absprache zwischen den ÜL kann ein Teil des B-Platzes (ca. ein Drittel) von der Gruppe Herrentrimmen genutzt werden

Fußball (B-Platz)

Karate

Turnen (Fläche hinter dem Sportheim)