

# 1. FC Schwand -Turnabteilung -

<b>Montag</b>		<b>Vereinshalle</b>
09.00 – 10.30 Uhr	<b>Walking</b> !! Treff Querstr. 8 !!	Helga Ferschke
18.00 – 19.00 Uhr ! Kurs !	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> Männer und Frauen	Ulrike Papenfuß
19.00 – 20.00 Uhr ! Kurs !	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> Männer und Frauen	Ulrike Papenfuß
20.00 – 21.00 Uhr	<b>Aerobik</b>	Steffi Brummer
21.00 – 22.30 Uhr	<b>Just for Fun</b> Tanz f. Frauen	Ulrike Papenfuß

<b>Dienstag</b>		
17.00 – 18.00 Uhr	<b>ESDO Kids</b>	Heike + Michael Legatzki
18.00 – 19.30 Uhr	<b>Selbstverteidigung f. Frauen</b>	

<b>Mittwoch</b>		
09.00 – 10.00 Uhr	<b>Fit am Morgen</b>	Maria Saalfelder
10.15 – 11.15 Uhr	<b>Wirbelsäulengym. ! Kurs !</b> Männer und Frauen	Rosemarie Strehler Maria Saalfelder
14.00 – 15.00 Uhr	<b>Aktiv und Fit ab 50</b>	Rosemarie Strehler
18.00 – 19.00 Uhr ! Kurs !	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> Männer und Frauen	Ulrike Papenfuß
19.00 – 20.10 Uhr ! Kurs !	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> Männer und Frauen	Ulrike Papenfuß

<b>Donnerstag</b>		
17.00 – 18.00 Uhr	<b>Fit for ever</b>	Rosemarie Strehler
18.00 – 19.00 Uhr ! Kurs !	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> Männer und Frauen	Sabine Goebel
19.30 – 20.45 Uhr	<b>Step-Aerobik</b>	Papenfuß / Brummer

<b>Freitag</b>		
15.00 – 16.00 Uhr	<b>Kindervolkstanzgruppe</b> Kinder ab 3 Jahren	Birgit Arlt
17.00 – 19.00 Uhr	<b>ESDO – Kinder</b>	Lothar Schönsee
19.00 – 21.00 Uhr	<b>ESDO – Erwachsene</b>	Lothar Schönsee

<b>Sonntag</b>		
09.00 – 11.00 Uhr	<b>ESDO E+Kids</b>	Lothar Schönsee
18.00 – 20.00 Uhr	<b>Gegen Gewalt</b> <b>Kampfkunstclub</b>	Bernd Richter

<b>Montag</b>		<b>Gemeindehalle</b>
15.30 – 17.00 Uhr	<b>Turnen, Spiele, Leichtathletik</b> Kinder 6-9 J.	Erika Hermann
17.00 – 18.00 Uhr	<b>Crazy Catkins</b> Tanzen für Kinder 6-9 J.	Yvonne Bieringer
18.00 – 19.00 Uhr	<b>Poi and Dance</b> Tanzen für Kids 10-14 J.	Yvonne Bieringer
19.00 – 20.30 Uhr	<b>Volleyball für Männer</b>	Horst Kreutzer

<b>Dienstag</b>		
09.30 – 11.00 Uhr	<b>Mutter-Kind-Turnen</b>	Ulrike Papenfuß
15.00 – 16.30 Uhr	<b>Turnen Kinder 3-5 J.</b>	Romi Hopf
16.30 – 18.00 Uhr	<b>Turnen für Kinder ab 6 J.</b>	Romi Hopf Ulrike Papenfuß

<b>Dienstag</b>		<b>Schulturnhalle</b>
16.45 – 17.45 Uhr	<b>Turnen für Vorschulkinder</b>	Ingrid Luff-Stammler

<b>Mittwoch</b>		
15.00 – 16.00 Uhr	<b>Tanzmäuse</b> Tanzen für Kinder ab 3 J.	Gudrun Hoh

<b>Donnerstag</b>		
16.00 – 18.00 Uhr	<b>Tennis-Mini-Treff</b> Ab 4 Jahren	Nicola Distler

<b>Mittwoch</b>		<b>Lohweg 4b / Tanzraum</b>
19.00 – 21.00 Uhr	<b>Femmes Fada</b> Tanzen für Erw. ab 18 J.	Yvonne Bieringer
Feuershow-Gruppe	<b>Engel der Nacht</b>	Yvonne Bieringer

<b>Dienstag</b>		<b>Parkplatz Sportheim 1. FC Schwand</b>
18.00 – 19.30 Uhr	<b>Nordic Walking</b>	Ingrid Englmann

<b>Donnerstag</b>		
09.00 – 10.30 Uhr	<b>Nordic Walking</b>	Ingrid Englmann