

Wochenplan Sportangebote - Sportraum E065

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.00		Yoga am Morgen 08.15-09.00 Uhr Kursleitung Gabi Mraz (mit Zuzahlung)			
12.00	Boxen 12.00 - 13.00 Uhr Ansprechpartner: Oliver Thoma			Boxen 12.00 - 13.00 Uhr Ansprechpartner: Oliver Thoma	
13.00			BGM: Ganzkörper-Sportkurs 13.00 - 14.00 Uhr Kursleitung Sabine Nießen		Tischfußball 13.00 - 13.30 Uhr Ansprechpartner: Wolfgang Heilmaier
14.00			High Intensity Functional Training 14.15 - 15.15 Uhr Kursleitung Sabine Nießen		
15.00					
16.00		Yoga am Nachmittag 16.15 - 17.15 Uhr Kursleitung Tamara Hertlein (Zuzahlung)	Step Aerobic 16.15 - 17.15 Uhr Kursleitung Birgit Einhellinger	Yoga am Nachmittag 16.00 - 17.00 Uhr Kursleitung Annamaria Stanco (Zuzahlung)	
17.00	Gymnastik 16.30 - 17.30 Uhr Kursleitung Jessica Heilmann				
18.00		Tischtennis ab 17.30 Uhr Kursleitung Helmut Graßler	Tischtennis ab 17.30 Uhr Kursleitung Helmut Graßler	Sportraum belegt 17.15 - 18.15 Uhr	Hinweis: blaue Felder = Angebote der Sportgemeinschaft Umweltministerium (SGU) e. V.: Informationen und Mitgliedsantrag unter www.sgumwelt.de rote Felder = Angebote im Rahmen des behördlichen Gesundheitsmanagements: Teilnahme kostenpflichtig, Informationen im Intranet
19.00					

Wochenplan Sportangebote - außer Haus

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Fussball 17.00 - 19.00 Uhr (April bis Oktober, außerhalb der Schulferien) Sportanlage, Himmelreichstr. 5	Volleyball 20.00 - 21.30 Uhr Grundschule Haager Straße 18		Faustball 17.00 - 18.30 Uhr (Sommersaison) Freisportanlage Osterwaldstr. 144	Sportschießen ab 18 Uhr (jeden zweiten Freitag) Schießstand FSG Markt Schwaben Ansprechpartner: Christian Schorn