

03+000Trainingsplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
10:00-11:30 Uhr Yoga Bärbel Körber Vereinshaus				
	14:30-15:45 Uhr Fitness / Seniorinnen Wein / Sehn / Ney Halle Klosterschule			
		16:00-17:30 Uhr Fitness / Tanzen Mia Recktenwald Vereinshaus	16:00-17:30Uhr Turnen / Eltern-Kind Sandra Reichert / Olivia Necke Halle Klosterschule	
	17:15-18:15 Uhr Gesundheitssport / Herzgruppe 1 Susanne Saterdag Halle Klosterschule	17:30-20:00 Uhr Sportabzeichen Alfred Schleich u. Team Sportplatz "Großer Sand"	17:30-18:30 Uhr Turnen / Kinder ab 4 Jahren Sandra Reichert / Olivia Necke Halle Klosterschule	
18:00-19:15 Uhr Yoga Gisela Tritz Aula Klosterschule	18:15-19:15 Uhr Gesundheitssport / Herzgruppe 2 Susanne Saterdag Halle Klosterschule	18:00-19:30 Uhr Leichtathletik / Senioren Christel Ney SGS Halle (Winter)	18:45-20:00 Uhr Fitness / Frauen Monika Sehn / Marianne Wolff Halle Klosterschule	
19:15-20:30 Uhr Yoga Gisela Tritz Aula Klosterschule	19:15-20:15 Uhr Fitness / Allgemeine Fitness Vera Jacob / Burkhard Claes Halle Klosterschule		20:15-21:30 Uhr Fitness / Männer Hans-Jörg Jenal Halle Klosterschule	
			20:15-21:15 Uhr Pilates Vera Jacob Aula Klosterschule	

weitere Termine **Leichtathletik** unter www.lsg-saarlouis.de und **Volleyball** www.vsg-saarlouis.de