

Unsere Übungsleiter und Trainer



von links nach rechts

Martina Prell | Tanja Stahl
Jördis Nickel | Stefanie Saalbach
Stefanie Beul | Dorothea Hain
Kim Seibel | Julian Guth
Kim Kunkel | Jessica Klees
Nina Lenhart | Lenya Waldschmidt
Gina Hain | Sophia Lang
Nina Stolz | Gertraud Prell
Simone Müller | Majid Marofi

Die Übungsstunden im Überblick

Montag

Klein-Kinder-Turnen
15:00 - 16:00 Uhr
Turnhalle Oberroßbach

Eltern-Kind-Turnen
16:00 - 17:30 Uhr
Turnhalle Oberroßbach

Geräteturnen Mädchen
16:30 - 18:30 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

Klein-Kinder-Turnen
17:15 - 18:30 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

Die Übungsstunden im Überblick

Montag

* Gentle Workout
17:45 - 19:15 Uhr
Turnhalle Oberroßbach

* Workout nach TeaBo Art
19:30 - 20:30 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

** RehaSport I
19:30 - 20:15 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

** RehaSport II
20:30 - 21:15 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

60+ Frauengymnastik
20:30 - 22:00 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

Dienstag

* #schmerzfrei
15:00 - 16:00 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

Eltern-Kind-Turnen
16:00 - 17:30 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

Workout BBP | Tabata
17:30 - 18:30 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

Mittwoch

Freies Training
18:00 - 20:00 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

Mittwoch

Frauengymnastik
20:00 - 21:30 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

Freies Training
20:00 - 22:00 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

Donnerstag

* Laufkurs für Anfänger
18:00 - 19:00 Uhr
Treffpunkt Turnhalle Frohnhausen

Step-Aerobic
19:00 - 20:30 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

Freitag

Mädchen Turnen
15:30 - 17:00 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

Jungen Turnen | Parkour
17:00 - 18:30 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

Step-Aerobic
17:00 - 18:30 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

Samstag

Geräteturnen Mädchen
10:00 - 12:30 Uhr
Turnhalle Frohnhausen

* Body & Balance
10:00 - 11:00 Uhr
Familienzentrum Frohnhausen

* Kursangebot
** RehaSport über ärztliche Verordnung