



TG Groß-Karben: Unsere Angebote auf einen Blick

Ein Klick auf die Sportart oder die Sportstätten liefert Ihnen alle weiteren Informationen | Stand: 03. 10. 2016

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
08.45 – 09.45	Gymnastik bei Asthma etc. Erwachsene	08.30 – 09.45	Yoga Erwachsene	08.15 – 09.15	Power Pilates Erwachsene	08.45 – 09.45	Gymnastik bei Arthrose und Osteoporose – Erwachsene	07.30 – 08.15	Reha-Sport: Wassergymnastik
08.30 – 09.30 09.30 – 10.30	Gymnastik bei Arthrose und Osteoporose – Erwachsene	10.45 – 11.00	Eltern-Kind-Turnen Kinder 1 – 3 Jahre	09.30 – 10.30	Sport bei Diagnose Krebs ...	09.50 – 10.50	Wirbelsäulengymnastik rehabilitativ Erwachsene	08.50 – 09.50	Reha-Sport bei Atemwegserkrankungen
09.00	Walkingtreff Erwachsene			09.15 – 10.15	Gedächtnistraining (im Sitzungsraum)	10.00 – 11.00	ZUMBA®-Fitness	09.00 – 10.30	Nordic-Walking Erwachsene
09.50 – 10.50	Sport Stacking für Senioren			10.30 – 11.30	Sport bei Diagnose Parkinson, MS ...	11.00 – 13.00	QiGong und TaiJiQuan Erwachsene	10.00 – 13.00	QiGong und TaiJiQuan Erwachsene
10.30 – 11.30	Wirbelsäulengymnastik rehabilitativ Erwachsene							10.00 – 11.00	Reha-Sport bei Atemwegserkrankungen
14.30 – 15.25	Flummis (Kinderturnen) 6,5 – 7 Jahre								
15.30 – 16.25	Turnmäuse (Kinderturnen) 4 – 5,5 Jahre	15.50 – 16.50	Eltern-Kind-Turnen Kinder 1 – 3 Jahre	15.00 – 20.00	Wettkampfturnen Mädchen			14.30 – 19.00	Wettkampfturnen Mädchen
16.30 – 17.25	Kletteraffen (Kinderturnen) 5,5 – 6,5 Jahre					16.00 – 17.00	Leichtathletik U10 + Minis 6–7-Jährige		
16.00 – 17.15	Badminton Schüler/Schülerinnen					17.00 – 18.00	Leichtathletik U10 + Minis 8–10jährige	15.30 – 18.00	Wettkampfturnen Mädchen
17.00 – 18.30	Yoga Erwachsene								
17.15 – 19.00	Ringtennis alle Altersgruppen	16.00 – 17.00	ZUMBA® für Kids 4 – 7 Jahre	17.00 – 18.30	Sportabzeichen alle Altersklassen bis Oktober 2016			15.50 – 16.40	Ballett Kinder 4 – 6 Jahre
17.30 – 18.30	Rücken-Fit Erwachsene	17.30 – 18.45	Herzsport Übungsgruppe Erwachsene	17.15 – 18.45	Leichtathletik Schüler/Schülerinnen U12 bis U18			16.00 – 18.00	Ringtennis Schüler und Jugend
17.30 – 19.30	Badminton Jugendliche	17.00 – 17.45	ZUMBA® für Kids 8 – 14 Jahre			17.30 – 18.45	Yoga Erwachsene	16.30 – 18.30	Volleyball Jugend U15
17.15 – 20.15	Leichtathletik Schüler/Schülerinnen U16 + U18 + U20	18.00 – 20.00	Volleyball Jugend U15			18.00	Laufftreff Einsteiger	16.40 – 17.30	Ballett Kinder 5 – 8 Jahre
18.30 – 19.30	Callanetics Erwachsene	18.30	Laufftreff Ambitionierte Läufer/Läuferinnen (> 11 km)			18.00	Laufftreff Ambitionierte Läufer/Läuferinnen (> 11 km)	17.30 – 18.30	Ballett Kinder ab 9 Jahren
18.30 – 20.00	Yoga Erwachsene	18.30 – 20.15	Volleyball Damen 2			18.00 – 20.00	Volleyball Damen 2	18.30 – 20.00	Volleyball Mixed-Gruppe
19.00	Laufftreff Einsteiger	18.45 – 20.00	Herzsport Trainingsgruppe Erwachsene			19.00 – 20.15	Yoga Erwachsene	18.00 – 19.45	Leichtathletik Schüler/Schülerinnen U12 bis U18
19.00 – 20.00	ZUMBA®-Fitness (auf Anfrage)	20.00 – 21.00	Beckenbodentraining (auf Anfrage)	19.00 – 20.00	ZUMBA® -Fitness	19.00 – 20.00	Kickbox-Aerobic Jugendliche/Erwachsene	19.00 – 20.00	Fit ins Wochenende Erwachsene
19.30 – 20.30	Fit in die Woche Erwachsene	20.00 – 22.00	QiGong und TaiJiQuan Erwachsene			20.00 – 21.00	Präventive Gymnastik und mehr Frauen	20.00 – 21.30	Aikido Jugendliche ab 12 / Erwachsene
20.00 – 22.00	Faustball Herren	20.00	Outdoor Fitness (Schulhof)	20.00 – 21.00	Wirbelsäulengymnastik präventiv Erwachsene	20.15 – 22.30	Volleyball Damen 1 (Regionalliga)	Samstag n. Absprache	Ü40-Turnen
20.00 – 21.15	Yoga Erwachsene	20.15 – 22.15	Badminton Freizeitspieler – Erwachsene	21.00 – 22.00	Wirbelsäulengymnastik rehabilitativ Erwachsene	20.15 – 22.15	Badminton Freizeitspieler – Erwachsene	Sonntag 13.00 – 15.00	HapKiDo
20.30 – 21.30	Präventives Herz-Kreislauftraining, 50 plus Frauen	20.15 – 22.30	Volleyball Damen 1 (Regionalliga)			20.15 – 22.15	Ringtennis Erwachsene und Jugend	15.00 – 17.00	Aikido Jugendliche ab 12 / Erwachsene



Sportstätten:

Turnhalle am Park

Großsporthalle der KSS

Alte Halle der KSS

Trimpfad

Stadion an der Waldhohl

Halle der KSG 1920

Sporthalle Roggau

Hallenfreizeitbad