

Volleyball für Kinder (8 – 12 Jahre)

Termine:	jeden Montag (12. Oktober 09 bis 31. Mai 2010 von 18.30 – 19.30 Uhr)
Leitung:	Peter Spath, Karoline Wieser

Volleyball Freizeitgruppe für Erwachsene

Lust auf Volleyball? Bei uns kann jeder, der mit Spaß bei der Sache ist, mitmachen. Einfach vorbeischaun und mitmachen. (ohne Anmeldung)

Termine:	jeden Montag (14. September 09 bis 07. Juni 2010 von 19.30 – 21.30 Uhr)
----------	---

Turnen für Jugendliche und Erwachsene

Termine:	jeden Dienstag und Freitag (02. Oktober 09 bis 12. März 2010, jeweils 1,5 Stunden)
Leitung:	Andreas Punter, Manuela Geiser

Tischtennis Freizeitgruppe für Erwachsene

Ob Anfänger oder Fortgeschrittene, alle die gerne Tischtennis spielen, sind herzlich willkommen.

Termine:	jeden Donnerstag (08. Oktober 09 bis 27. Mai 2010 von 19.30 – 21.00 Uhr)
----------	--

Treff „50Plus“

Angebot für Frauen und Männer: Durch ein Aufwärmprogramm wird das gesamte Herz-Kreislauf-System aktiviert, sämtliche Gelenke mobilisiert und dabei die Koordination gefördert. Schwerpunkt der Stunde bilden Muskelkräftigung, Entspannung und Dehnübungen, Funktionelle Gymnastik, Mobilisation der Gelenke, Kondition und Koordination. Der Einsatz verschiedener Kleingeräte wie Bälle oder Therabänder sorgen für ein abwechslungsreiches Programm. In einer guten Atmosphäre wollen wir fit bleiben und dabei unser Wohlbefinden steigern.

Termine:	Mittwoch, 10 Einheiten, Beginn am 14. Oktober 2009 (15.00 – 16.00 Uhr)
----------	--

Leitung:	Andreas Punter
----------	----------------

Während der Schulferien findet kein Sportbetrieb statt!

Wichtig: Die Angebote finden nur bei genügender Teilnehmerzahl statt. Eine Anmeldung ist deshalb bis spätestens 30. September 2009 erforderlich. Weitere Informationen und Anmeldung bei Karoline, Tel. **0473/568164 – 3333693820** (nachmittags)