

Sportfreunde Aschheim e.V.

Rolf Dettweiler (1.Vors.)
 Starenring 1
 85609 Aschheim
 Tel. (089) 904 55 45
 Fax (089) 904 695 26
 www.sportfreunde-aschheim.de



Turnhalle an der Kelten-Grundschule:

Tag	Uhrzeit	Abteilung	Übungsleiter(in)
Di	18:30 – 20:00	Basketball ab 16 Jahre (m/w)	Nicolas Brossardt
Di	20:00 – 21:00	Zumba Kurs (belegt)	Gabi Völker
Mi	15:30 – 16:15	Kinderturnen (6 – 10 Jahre)	Mechtild Kuhlen
Mi	16:15 – 17:00	Kinderturnen (4 – 5 Jahre)	Mechtild Kuhlen
Mi	17:00 – 18:00	Vater/Mutter/Kindturnen (ab 1 Jahr)	Mechtild Kuhlen
Mi	18:00 – 18:45	Geräteturnen/Freizeitsport (10 – 11 Jahre)	Mechtild Kuhlen
Mi	18:45 – 19:30	Geräteturnen/Freizeitsport (ab 12 Jahre)	Mechtild Kuhlen
Do	14:30 – 15:15	Kinderturnen (4 – 5 Jahre)	Mechtild Kuhlen
Do	15:15 – 16:00	Kinderturnen (6 – 10 Jahre)	Mechtild Kuhlen
Do	16:00 – 17:00	Vater/Mutter/Kindturnen (ab 1 Jahr)	Mechtild Kuhlen

Gymnastikhalle an der Kelten-Grundschule:

Tag	Uhrzeit	Abteilung	Übungsleiter(in)
Di	18:00 – 19:00	Hip Hop / Jazz für junge Mädchen (ab 10 Jahre)	Christine Süßbauer
Di	19:00 – 20:00	Hip Hop / Jazz für Erwachsene (m/w)	Christine Süßbauer
Di	20:00 – 21:00	Wirbelsäulengymnastik / Pilates (m/w)	Christine Süßbauer
Mi *	15:00 – 16:00	Seniorengymnastik I (Stuhlgymnastik)	Renate Jaenke
Mi *	16:00 – 17:00	Seniorengymnastik II	Renate Jaenke
Mi	17:00 – 18:00	Fit um Fünf (Fitnessgymnastik, m/w)	Herta Haider
Do	19:00 – 20:00	Intensiv-Yoga	Barbara Ullmann
Do	20:00 – 21:00	Step Aerobic (Kurs)	Gabi Völker

* Kostenbeteiligung durch Krankenkasse möglich !

Dreifachsporthalle an der St. Emmeram Realschule:

Tag	Uhrzeit	Halle	Abteilung	Übungsleiter(in)
Do	18:00 – 20:00	3	Basketball ab 16 Jahre (m/w)	Nicolas Brossardt
Fr	20:00 – 22:00	3	Volleyball Freizeit (belegt)	Herta Haider

Evangelischer Kindergarten Dornach:

Tag	Uhrzeit	Abteilung	Übungsleiter(in)
Mi*	18:00 – 19:00	Pilates Basic allgemein (Kurs, m/w)	Christine Süßbauer

* Kurs: Kostenbeteiligung durch Krankenkasse möglich !

Kraftraum an der Kelten-Grundschule:

Tag	Uhrzeit	Abteilung	Übungsleiter
Fr	18:00 – 20:00	Volleyball	Fritz Koch

Gymnastikraum Alpenstr. 24:

Tag	Uhrzeit	Abteilung	Übungsleiter(in)
Fr*	08:00 – 09:00	Pilates Basic II (Kurs, m/w)	Christine Süßbauer
Fr*	09:00 – 10:00	Pilates Basic I (Kurs, m/w)	Christine Süßbauer

* Kurse: Kostenbeteiligung durch Krankenkasse möglich !

Gymnastikraum Watzmannstr. 20:

Tag	Uhrzeit	Abteilung	Übungsleiter(in)
Di	08:30 – 09:30	Fitness Allround-Gymnastik	Heike Kölle

Bei Interesse an den Kursen wenden Sie sich bitte zu Übungsbeginn an den jeweiligen Übungsleiter(in). Weitere Informationen finden Sie Internet unter:
www.sportfreunde-aschheim.de

Stand: 18.12.2011