

Tunen-Leichtathletik-Gymnastik (TLG)			Trainingsort: Bruchköbel - Turnhalle der Haingartenschule, Am Atzelsgraben 1					
www.sg-bruchkoebel.de - Kontakt: Email: tlg@sg-bruchkoebel.de								
Sportangebote								
Turnen	Altersgruppen	Übungsleiter / Trainer u. Helfer	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Eltern+Kind *Gruppenwechsel ab 4 Jahre*	ab 1 bis 3 Jahre	Melanie Weber			15.45 - 16.45			
Kinderturnen	ab 4 bis 6 Jahre	Birgit Krauß + ÜL-Assistentinnen Tamara + Celine				16.00 - 17.00		
Kinderturnen	ab 4 bis 6 Jahre	Birgit Krauß + ÜL-Assistentin Celine						15.00 - 16.00
Mädchenturnen	ab 4 Jahre	Schabana Allaf + Ingrid Pförtner + ÜL-Assistentin Hasti	15.00 - 16.00					
Mädchenturnen	1. Klasse	Schabana Allaf + Ingrid Pförtner + ÜL-Assistentin Hasti	16.00 - 17.00					
Mädchenturnen	2. Klasse	Ingrid Pförtner + Carola Odenwaller					15.00 - 16.00	
Mädchenturnen	3. Klasse	Ingrid Pförtner + Carola Odenwaller					16.00 - 17.00	
Mädchenturnen	ab 4. Klasse	Birgit Krauß + Ingrid Pförtner					17.00 - 19.00	
* Aufbaugruppe Mädchenturnen	ab 2. Klasse	Ingrid Pförtner + Schabana Allaf + ÜL-Assistentin Hasti	17.00 - 19.00					
* Leistungsturnen Mädchen	Jhg. 2009 - 2014	Maya Schmidt + Lara Domes (Trainingszeiten u.V.)	17.00 - 19.00				17.00 - 20.00	
* Gruppeneinstufung unter Vorbehalt *Absprache mit Übungsleiter/Trainer								
Gymnastik: + mehr.....	Für wen?	Übungsleiter/Trainer u. Helfer	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
** Auszeichnung Gütesiegel Pluspunkt Gesundheit DTB								
Hapkido für Kinder	1. - 4. Klasse	Isabelle Winkler	16.00 - 17.00					
Hapkido für Kinder	ab 5. Klasse	Isabelle Winkler	17.00 - 18.00					
Fit Mix-Aroha®, Step, Power Workout	Erwachsene	Annette, Wenke, Silvia (im Wechsel)	19.00 - 20.00					
Gymnastik (Mo + Fr.)	Frauen	Rosi Höpfel	20.00 - 21.30				15.00 - 16.00	
Hatha Yoga	Erwachsene	Sevgi Kurt-Tas		17.30 -18.30				
Gymnastik	Erwachsene	Heike Droßbach-Fuchs		19.00 - 20.00				
**Pilates	Erwachsene	Beate Schöhl		20.00 - 21.00				
ZUMBA®-Kurse	ALLE	Eliza Brugnera				17.10 + 18.20		
**Allround Fitness	Erwachsene	Annette Rebentisch				19.30 - 21.00		
Sportmix*Functional Fitness Training"	ALLE ü30	Jan Dorn					19.30 - 21.00	
**NATURALFLOW® Faszientraining	Erwachsene	Beate Schöhl						13.00 - 14.30
Allgem. Hallennutzung *Wettkampfvorbereitung etc.	Alle Gruppen	Absprache mit den jeweiligen ÜL						14.00 - 16.00
Leichtathletik im LAZ Bruchköbel: >>>			Sommertraining im Rudolf Harbig Stadion			Wintertraining in den Hallen der Heinrich Böll Schule		
Auskunft erteilt die LAZ-Geschäftsstelle Frau Silke Stolt -Tel. 0171-4817059 - info@laz-bruchkoebel.de - Internetseite: www.laz-bruchkoebel.de								