



Sportprogramm 2018 / 2019

Turnverein Grödig 1910



Termin	Turnhalle	Programm	Beschreibung	Leitung
Montag, 19:30 – 21:30 Uhr	Hauptschule – untere Halle	 VOLLEYBALL für Fortgeschrittene	Aufwärmgymnastik, Techniktraining u. Volleyballspiel	Christof Eisl
Montag, 16:10 – 17.10 Uhr	Volksschule	KINDER 4 – 6 Jahre	Turnflöhe Geräteturnen, Koordination & Spiele	Susi Schlager, Kati Leitner, Steffi Schachner
Montag, 17:15 – 18:45 Uhr	Volksschule	MÄDCHEN 6 – 10 Jahre	Geräteturnen, Bewegungsschulung, Spiele und Gymnastik	Daniel Schlager Steffi Schachner
Montag, 19:00 – 20:00 Uhr	Volksschule	 PRELLBALL (gemischt)	Prellballspiel (Spaß an Bewegung u. Gemeinschaft)	Monika Radacher
Montag, 20:00 – 21:30 Uhr	Volksschule	Body Shape	Aufwärmaerobic, Koordination, Mobilisationsübungen, Motorik, Kräftigung u. Dehnung	Monika Radacher
Dienstag, 17:15 – 18:45 Uhr	Volksschule	LEISTUNGSTURNEN (gemischt, ab 10 Jahren)	Geräteturnen und Spiele	Volker Ziegler Jun.
Dienstag, 19:00 – 20:00 Uhr	Volksschule	FITNESS-GYMNASTIK (für Sie und Ihn)	Aufwärmaerobic, Mobilisationsübungen, Motorik, Kräftigung und Dehnung	Monika Radacher
Dienstag, 20:00 – 21:30 Uhr	Volksschule	HERREN	Gymnastik, Bewegungsschulung, Geräteturnen und Spiele	Volker Ziegler
Freitag, 18:00 – 19:30 Uhr	Volksschule	Dance Aerobic	Ein Mix aus Aerobic und Tanz zu heißen Zumba-Rhythmen	Sabrina Sax
Freitag, 20:00 – 22:00 Uhr	Volksschule	 VOLLEYBALL Fortgeschrittene	Aufwärmgymnastik, Techniktraining und Volleyballspiel (für LLH u. Mix-LL)	Peter Rathberger Andrea Raudaschl