

# Übersicht aller Stunden der DJK - Sportfreunde Reichenberg Abt. Gymnastik

Tag	Uhrzeit	Bezeichnung	Übungsleitung	Anmeldung/Infos	Veranstaltungsort
<b>Montag</b>	18.45 - 19.30	Frauengymnastik	Irmi Rieger	08561/3237	Alexiturnhalle (Grundschule)
	19.00 - 20.00	STEP & TONE	Annemarie Sonntag		Gymnastikraum Vereinsheim
	19.30 - 20.15	PowerVit Yoga	Claudia Marchner		Alexiturnhalle (Grundschule)
<b>Dienstag</b>	09.00 - 10.00	Gymnastik für die reife Frau	Sieglinde Wallner		Gymnastikraum Vereinsheim
	16.30-17.30	Mutter-Kind-Turnen ab ca. 1 1/2 Jahre	Manuela Bäumer	08564/963370	Gymnastikraum Vereinsheim
	19.00-20.00	Power-Stick	Dörfler Manuela	08726/969104	Gymnastikraum Vereinsheim
<b>Mittwoch</b>	09.30 - 10.30	Vital-Gym	Riki Haugeneder	08561/98 93 28	Gymnastikraum Vereinsheim
	Okt. bis März April bis Sept.	Walking für Damen und Herren	Riki Haugeneder	08561/98 93 28 oder 0170/9760720	Treffpunkt Schwimmbad
	16.00 - 17.00				Treffpunkt Schwimmbad
	18.30 - 19.30	Fatburner Step - Bauchkiller	Claudia Berg	08561/6783	Gymnastikraum Vereinsheim
<b>Donnerstag</b>	15.45 - 16.45	Kinderturnen (Grundschul- u. Kindergartenalter)	H. Müller / G. Hautz	08561/910977	Alexiturnhalle (Grundschule)
	17.00 - 18.00	Kinderturnen (Kindergarten- u. Grundschulalter)	H. Müller / G. Hautz	08561/910977	Gymnastikraum Vereinsheim
	18.00-19.00	Power Bauch und Rücken	Sabine Auer/Susi Hohenadl		Gymnastikraum Vereinsheim
	April-August September-März	Fit in den Sommer	Annemarie Sonntag		Gymnastikraum Vereinsheim
	19.00-20.00	Fit in den Winter	Annemarie Sonntag		Gymnastikraum Vereinsheim
	20.00 - 21.00 21.00 - 22.00	Funktionsgymnastik Volleyball	Marianne Stockbauer		Alexiturnhalle (Grundschule) Alexiturnhalle (Grundschule)