



Sportangebote des SV Nabern

Abteilung Breitensport

Stand 31.10.2022

Sportangebote	Uhrzeit Gießnauhalle / Sportplatz	Gruppen- bzw. Übungsleiter*innen
montags		
Rundum gesund + fit - Schwerpunkt Beckenboden- gymnastik (Kurs)	08.00 - 09.00 Uhr	Eva Kanal
Männer-Fitness	10.30 - 11.30 Uhr	Eva Kanal
Mutter-Vater-Kind-Turnen (2 - 4 Jahre)	15.45 - 16.45 Uhr	Claudia Kneile
Kreativer Kindertanz (3 - 5 Jahre)	16.45 - 17.30 Uhr	Theresa Romer
Kindertanz (5 - 8 Jahre)	17.30 - 18.30 Uhr	Theresa Romer
Lauf und Fitness #girlsgogreen Treffpunkt: Sportplatz Nabern	18.30 - 19.30 Uhr	Claudia Kneile
Rücken-Aktiv (Kurs)	18.30 - 19.30 Uhr	Simone Romer
Fitness	19.30 - 20.30 Uhr	Simone Romer
Volleyball	20.30 - 22.30 Uhr	Peter Neufeld
dienstags		
Kinderturnen (4 - 6 Jahre)	16.00 - 17.00 Uhr	Peter Neufeld
Kinderturnen (1. - 4. Klasse)	17.00 - 18.00 Uhr	Theresa Romer, Tina Frank
<i>Tischtennis-Jugend</i>	<i>18.00 - 20.00 Uhr</i>	
<i>Tischtennis-Aktive</i>	<i>20.00 - 22.00 Uhr</i>	
mittwochs		
Pilates (Kurs)	17.00 - 18.00 Uhr	Simone Romer
Langhantel-Workout	18.00 - 19.00 Uhr	Simone Romer
Rücken-Aktiv (Kurs)	19.00 - 20.00 Uhr	Simone Romer
Step-Aerobic	20.00 - 21.00 Uhr	Beatrice Schmid
donnerstags		
Walking/Nordic Walking Treffpunkt: Sportplatz Nabern	08.30 - 10.00 Uhr	Eva Kanal
Frauengymnastik	19.00 - 20.00 Uhr	Eva Wiethüchter, Ruth Martin
Jumping (Kurs)	20.00 - 21.00 Uhr	Theresa Romer
Badminton	20.00 - 22.30 Uhr	Antonello Cicero
freitags		
<i>Tischtennis-Jugend</i>	<i>17.45 - 20.00 Uhr</i>	
<i>Tischtennis-Aktive</i>	<i>20.00 - 22.00 Uhr</i>	
samstags		
Badminton-Jugend	10.00 - 12.30 Uhr	Antonello Cicero

