

Winterplan Erwachsene

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
14:00					
14:30					
15:00			Nordic Walking für Senioren Hans-Bayer-Stadion ab 50 Jahren Tobias Wallner		
15:30					
16:00		Kraftraumtraining (8 Pers.) Kraftraum Ballhaus Forum ab 14 Jahren Tobias Wallner			
16:30					
17:00		Kraftraumtraining (8 Pers.) Kraftraum Ballhaus Forum ab 18 Jahren Daniela Klimke			
17:30	Sportabzeichen Training Beach-Volleyball Platz ab 21 Jahren Henry Halbig				
18:00			Lauftraining für Profis Hans-Bayer-Stadion ab 20 Jahren N.N.		
18:30				Sportabzeichen Training Ganghofer-Schule ab 21 Jahren Henry Halbig	
19:00			Nordic Running Hans-Bayer-Stadion ab 20 Jahren Tobias Wallner		
19:30					
20:00					

Kraftraumtraining (8 Pers.)	daniela.klimke@svlohhof.de, 0176 81150306
Sportabzeichen Training	henry.halbig@svlohhof.de, (089) 3211289
Nordic Running	tobias.wallner@svlohhof.de, 0151 14428611
Nordic Walking für Senioren	tobias.wallner@svlohhof.de, 0151 14428611
Lauftraining für Profis	
Lauftreff für Jedermann	Michael Leistner 0160 7907479

Lauftreff für Jedermann
Montag, Dienstag oder Mittwoch
(je nach Dienstplan)
Ankündigung über WhatsApp
Gruppe