

## Wochenplan Sommerferien 2020

| Montag   | Dienstag  | Mittwoch   | Donnerstag  | Freitag |
|--|---|--|---|---------|
| 08:15-09:15 (Gym)<br>Feldenkrais<br>Christel                         | 08:15-09:15 (Gym) <sup>3)</sup><br>Step am Morgen<br>Dorothee |  |   |         |
| 09.15 - 10.15 (SFP) <sup>2)</sup><br>Kraftsport                      | 09:15-10:15 (SFP)<br>Wirbelsäulengymnastik<br>Ingrid          |  | 09.15 - 10.15 (SFP) <sup>2)</sup><br>Kraftsport                   |         |
| 09:30-10:30 (SFP) <sup>1)</sup><br>Herzsportgruppe<br>Manfred/Renate | 9:30-10:30 (Sta) <sup>4)</sup><br>Senioren-sport<br>Angelika  |  |   |         |
| 10.15- 11.15 (SFP) <sup>2)</sup><br>Kraftsport                       |   |  | 10.15 - 11.15 (SFP) <sup>2)</sup><br>Kraftsport                   |         |
|  |   |  |   |         |
|  | 18:30-19:30 (Sta) <sup>5)</sup><br>Step Aerobic<br>Heike      | 18:30-19:30 (Gym) <sup>7)</sup><br>Pilates<br>Imke       | 18:00-19:00 ( Zoom ) <sup>9)</sup><br>Tai Chi<br>Jun              |         |
|  | 18:30-19:30 (Bas) <sup>6)</sup><br>DeepWork<br>Nicole         | 19:15-21:15 (GSP) <sup>8)</sup><br>Round Dance<br>Martin | 19.00-20.00 (SFP) <sup>2)</sup><br>Kraftsport                     |         |
|  | 19,00-20.00 (SFP) <sup>2)</sup><br>Kraftsport                 |  | 20:00-21:00 (MSP) <sup>10)</sup><br>Selbstverteidigung<br>Florian |         |
|  | 19:35-20:35 (Sta) <sup>5)</sup><br>Bewegung hält Fit<br>Heike |  | 20.00-21.00 (SFP) <sup>2)</sup><br>Kraftsport                     |         |
|  | 20.00-21.00 /SFP) <sup>2)</sup><br>Kraftsport                 |  |   |         |

| Wochenende                                  |
|---|
|   |
| Sonntag                                     |
| 10:00-11:00 (Gym)<br>Body Styling<br>Aliona |
| 11:15-12.15(Gym)<br>Latin Dance<br>Aliona   |



### Kurse:

Fitness

Rehasport

Gesundheitssport

(\*bezuschussbar durch Krankenkasse)

Gymnastik

(kein Zusatzbeitrag)

### Räumlichkeiten:

|      |                                |
|------|--------------------------------|
| Gym: | Gymnastikraum im SFP           |
| SFP: | Sport- und Freizeitpark        |
| GSP  | Grundschule Pappelstraße       |
| MSP: | Mittelschule Pappelstraße      |
| RHH: | Ritter-Hilprand-Hof (Kinosaal) |
| Sta  | Innenraum Stadion              |
| Bas  | SFP Basketballfeld             |

### Infos :

SV-DJK Taufkirchen e.V.  
Köglweg 99, 82024 Taufkirchen  
Tel: 089 612 30 72  
Fax: 089 66 60 70 11

Stand 23.7.2020

1) : nur 27.7. und 7.9.2020

2) : Anmeldung über Locaboo

3) : bis 18.8.2020, bei Sonne Stadion

4) : ab 11.8.2020, bei Regen 10.30 Uhr SFP

5) : bis 4.8.2020, bei Regen MSP

6) : Bei Regen RHH

7) : bei Sonne Stadion

8) : nur 29.7. und 4.8.2020

9) : bei Sonne 19 Uhr Wiese hinter MSP

10) : bei Sonne 18 Uhr Wiese hinter MSP