



**Stundenplan für Kinder und Jugendliche  
(Kinder- und Gerätturnen, Yoga und Gymnastik und Tanz)  
Stand: 06.12.2021**

Alter	Stunde	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Telefon
0,5 - 2	Mamifit mit/ohne Kind <b>per ZOOM</b>	Freitag	08:30-10:00	Pfarrheim Aufkirchen	Monika Dühning	953313
1 - 3	Zwergerturnen	Freitag	10:00-11:00	Pfarrheim Aufkirchen	Annette Egenhofer	0173 3886078
3 - 5	Eltern-Kind-Turnen	Dienstag Donnerstag	15:00-16:30 15:30-17:00	Turnhalle Aufkirchen	Manuela Krebs	959966
4 - 6	Kinderturnen	Dienstag	16:30-18:00	Turnhalle Aufkirchen	Lisa Urban	0176 82460172
4 - 6	Kinderturnen	Donnerstag	17:15-18:45	Turnhalle Aufkirchen	Clarissa Blösch	0176 95744157
6 – 10	Yoga für Kinder <b>per ZOOM</b>	Donnerstag	17:00-18:00	Vereinsheim Aufkirchen	Lisa Urban	0176 82460172
ab 1. Klasse	Kinderturnen <b>per ZOOM</b>	Montag	16:30-18:00	Turnhalle Aufkirchen	Magdalena Hauke	01590 5091398
ab 5. Klasse	Funsport	Mittwoch	17:30-19:00	Turnhalle Aufkirchen	Manuela Krebs	959966
ab 11	Yoga für Teenies <b>per ZOOM</b>	Dienstag	18:15-19:30	Pfarrheim Aufkirchen	Lisa Urban	0176 82460172
7 – 12	Gerätturnen männlich (Wettkampfteilnahme)	Dienstag + Donnerstag	18:00-19:30	Turnhalle Biberkor	Gerhard Buchmann	0176 26917422
7 – 12	Gerätturnen weiblich	Donnerstag	17:30-19:30	Turnhalle Biberkor	Gerhard Buchmann	0176 26917422
ab 14 Jahre	Allgemeines Gerätturnen (w/m)	Dienstag + Donnerstag	19:30-21:30	Turnhalle Biberkor	Gerhard Buchmann	0176 26917422

**Gymnastik und Tanz:**

Alter	Stunde	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Telefon
2014-2015	Kinder	Freitag	16:00-17:00	Turnhalle Aufkirchen	Marlene Keppner, Jana Flögel	0174/6238595
2011-2013	Assemblé (Kinder)	Freitag	15:00-16:00	Turnhalle Aufkirchen	Annette Egenhofer	0173 3886078
2004 +	Développé (Erwachsene)	Freitag + Sonntag	18:00-20:00 16:45-18:45	TH Kempfenhausen Turnhalle Biberkor	Andrea Kornhas	9719780
30+	Attitude	Mittwoch + Sonntag	19:30-21:30 18:45-21:00	Turnhalle Aufkirchen Turnhalle Biberkor	Annette Egenhofer	0173 3886078

**Wir bitten Sie, bei Interesse an einer Turnstunde, im Vorfeld mit den zuständigen Trainerinnen und Trainern Kontakt aufzunehmen, um die aktuellen Einstiegsmöglichkeiten in Erfahrung zu bringen.**

**Grundsätzlich gilt u.a. die 3G-Regel (geimpft, genesen oder getestet)**



**Stundenplan für Erwachsene  
Stand: 06.12.2021**

Stunde	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Telefon
LesMills BodyPump	Montag	08:30-09:30	Pfarrheim Aufkirchen	Ilke Atug	0172 2467284
LesMills BodyCombat	Montag	19:00-20:00	Pfarrheim Aufkirchen	Ilke Atug	0172 2467284
Fit mit dem Hula Hoop	Montag	19:30	<b>Online oder Outdoor</b>	Christina Haas	0173 3201905
Les Mills BodyBallance	Montag	20:00-21:00	Pfarrheim Aufkirchen	Chris Wieriks	0031 654394213
Jazztanz	Montag	20:00-21:30	Turnhalle Aufkirchen	Angelika Flögel	979383
Kondition und Koordination**	Dienstag	09:00-09:45	Pfarrheim Aufkirchen	Elisabeth Flögel	95548
Pilates (Fortgeschrittene)**	Dienstag	10:00-11:00	Pfarrheim Aufkirchen	Elisabeth Flögel	95548
Konditions- und Skigymnastik	Dienstag	18:00-19:00	Turnhalle Aufkirchen	Marion Zahn	0172 9982982
Entspannt in den Dienstagabend mit Yin Yoga <b>per ZOOM</b>	Dienstag	19:30-21:00	Pfarrheim Aufkirchen	Lisa Urban	0176 82460172
Allgemeines Gerätturnen w/m	Dienstag + Donnerstag	19:30-21:30	Turnhalle Biberkor	Gerhard Buchmann	0176 26917422
LesMills BodyCombat	Mittwoch	08:30-09:30	Pfarrheim Aufkirchen	Marion Zahn	0172 9982982
LesMills BodyBalance	Mittwoch	09:30-10:30	Pfarrheim Aufkirchen	Marion Zahn	0172 9982982
Pilates (Fortgeschrittene)**	Donnerstag	19:00-20:00	Turnhalle Aufkirchen	Elisabeth Flögel	95548
LesMills BodyPump	Donnerstag	18:50-19:50	Pfarrheim Aufkirchen	Ilke Atug	0172 2467284
Entspannt in den Abend	Donnerstag	19:30-21:00	<b>Online über ZOOM</b>	Lisa Urban	0176 82460172
LesMills BodyBalance	Donnerstag	20:00-21:00	Pfarrheim Aufkirchen	Chris Wieriks	0031 654394213
Body-Weight (Workout)** <b>per ZOOM</b>	Donnerstag	20:15-21:15	Turnhalle Aufkirchen	Katharina Stadler	0176 24409263
Mamifit/Workout mit/ohne Kind <b>per ZOOM</b>	Freitag	08:30-10:00	Pfarrheim Aufkirchen	Monika Dühning	953313
LesMills BodyBalance	Freitag	08:30-09:30	Vereinsheim Aufkirchen	Franziska Beilicke	0176 62937005
Aktiv bleiben	Freitag	17:45-18:45	Turnhalle Aufkirchen	Heidi Sewald	0176 68486775
Faszien-Yoga	Freitag	18:00-19:00	Pfarrheim Aufkirchen	Elisabeth Flögel	95548
LesMills BodyBalance	Samstag	09:30-10:30	Turnhalle Aufkirchen	Chris Wieriks	0031 654394213

**Wir bitten Sie, bei Interesse an einer Turnstunde, im Vorfeld mit den zuständigen Trainerinnen und Trainern Kontakt aufzunehmen, um die aktuellen Einstiegsmöglichkeiten in Erfahrung zu bringen.**

**Grundsätzlich gilt u.a. die 3G-Regel (geimpft, genesen oder getestet)**