

TURNINFO

Nr. 48 | Okt. 2015

MTV Berg a. W. e.V. TURNABTEILUNG, gegründet 1922, Vereinsfarben: Weiß-Rot, Mitglied des Turngau Amper-Würm, BLSV, BTV, DTB



... aus dem Inhalt:

Bayerisches Landsturnfest Burghausen

Gerätturnen
Bayernpokal

Gymnastik und Tanz
Bayerische Meisterschaft, Pokalwettkampf

Sport für Erwachsene
Pilates, Mamifit, Fit mit Musik, Nordic Walking

Turnernachwuchs
Turnpapperl, 10-Kampf, Zwergerlturnen & Co.

Ferienprogramm
Ausflug in die BMW-Welt

Sportangebot & Termine
Sportangebote und Sportveranstaltungen

Gerätturnen

Berger Turner im Bayernpokal - 1. Runde

Für die Gerätturner der Landkreise Starnberg, Landsberg, Fürstenfeldbruck und Dachau fand am Samstag, 14.03.15, in Germering der 1. Rundenwettkampf des Bayernpokals statt. Die erwachsenen Turner des MTV Berg, Benjamin Beilicke und Gerhard Buchmann, bildeten eine Turngemeinschaft zusammen mit Florian Gödel aus Gröbenzell und Axel Wille aus Germering. Die Turngemeinschaft landete auf Platz 3, wobei Benjamin Beilicke in der Einzelwertung mit Platz 2 glänzte.

Der MTV Berg war zudem vertreten mit einer Buben-Mannschaft in der Altersklasse 10/11. Jakob Pawelka, Emilian Hohberg, Magnus Flor und Vincent Hörmann (Foto) erturnten sich den 8. Platz in der Mannschaftswertung. Die Jugend-Turner des MTV Berg, Jeremy Costantino (Platz 17) und Josef



Buben-Mannschaft in der Altersklasse 10/11

Gastl (Platz 21), nutzten erfolgreich die Gelegenheit, ihre neuesten Kür-Übungen zu präsentieren. Gerhard Buchmann

2. Rundenwettkampf des Bayernpokal am Samstag, 11. Juli, in Dießen



Gerätturner 18+

In der Altersklasse 18+ erreichte Benjamin Beilicke Platz 1 in der Einzelwertung. Gerhard Buchmann kam auf Platz 5. Die Mannschaft wurde verstärkt von Axel Wille (TSV Unterpfaffenhofen-Germering, 3. Platz) und Florian Gödel (1. SC Gröbenzell, 4. Platz). Gemeinsam gewannen sie in diesem Wettkampf gegen den einzigen Konkurrenten TSV Moorenweis.

Die Jugend-Turner des MTV Berg waren mit Jeremy Costantino und Josef Gastl im Kür-Wettkampf vertreten. Sie belegten in der Einzelwertung die Plätze 14 und 21.

Die 10-11-Jährigen waren angetreten mit Jakob Pawelka (Platz 9), Emilian Hohberg (18.), Christopher Costantino (21.) und Vincent Hörmann (41.). Trainer Gerhard Buchmann freute sich über eine deutliche Leistungssteigerung der einzelnen Teilnehmer. In der Mannschaftswertung belegten die Jugendlichen Platz 8. Gerhard Buchmann

Impressum

Herausgeber:

MTV Berg a.W.e.V. Turnabteilung,

Geschäftsstelle: Elke Sigel, Colonustr. 5, 82335 Berg / Aufhausen

Tel: 08151/50900, Fax: 08151/953855, E-Mail: geschaeftsstelle@mtv-berg.de, Web: www.mtv-berg.de

IBAN: DE51 7009 3200 0400 8143 85 BIC: GENODEF1STH (VR Bank Starnberg-Herrsching-Landsberg eG)

Monika Dühning (md), Susanne Bremm, Gerhard Buchmann, Angelika Flögel, Manuela Krebs, u.v.m.

Redaktion:

Bildnachweis:

Susanne Bremm, Gerhard Buchmann, Monika Dühning, Angelika Flögel, Miriam Wild, u.v.m.

Redaktionsschluss:

11.09.2015

Auflage:

800 Stück, Erscheinungsweise halbjährlich

Druck:

Saxoprint GmbH, Enderstr. 52, 01277 Dresden

Hinweis:

Diese und vorangegangene Ausgaben von *TURNINFO* finden Sie unter: www.mtv-berg.de/turnen

Kontakt:

turninfo@mtv-berg.de

Bayerisches Landesturnfest Burghausen

67 Turnerinnen und Turner des MTV Berg nahmen vom 03. bis 07. Juni 2015 am Bayerischen Landesturnfest 2015 in Burghausen teil.

Gerätturnen

Die Gerätturner des MTV Berg waren mit 7 aktiven Teilnehmern vertreten. Im DTB-Wahlwettkampf der Männer erreichte in der Altersklasse 30-34 Benjamin Beilicke mit sauber geturnten Übungen Platz 1 und wurde damit Turnfestsieger. Gerhard Buchmann (45-49) erhielt für seine turnerischen Darbietungen den 4. Platz. Jeremy Costantino und Jonathan Sappl belegten in ihrer Altersklasse jeweils Platz 15. Maja Quien (107. Platz) und Isabella Krausnick (112.) waren zum ersten Mal auf dem Turnfest dabei und schlugen sich wacker im DTB-Wahlwettkampf. Nicht zuletzt war Ferdinand Ullrich mit Begeisterung bei den Senioren angetreten und belegte Platz 5.



Maja Quien, Isabella Krausnick, Benjamin Beilicke, Jonathan Sappl, Jeremy Costantino, Gerhard Buchmann, Ferdinand Ullrich vor der Burg von Burghausen

Gymnastik und Tanz

Fünf Gruppen des MTV Berg starteten am 04.06.2015 bei der *Bayerischen Meisterschaft Gymnastik & Tanz*, die im Rahmen des Turnfests abgehalten wurde. Die Gruppe Arabesque wurde Bayerischer Meister in der Altersklasse 30+. Die Damen erhielten damit die Starterlaubnis für die Deutsche Meisterschaft in Bremen. Trainerin Annette Reisländer war begeistert von der starken Ausdrucksfähigkeit und stolz auf die Gruppe, die ihre Erwartungen übertroffen hat.



Arabesque



Arabesque: Gymnastik mit Reifen, Band und Keulen

Annette Reisländers Erwachsenenmannschaft Attitude erreichte in der Altersklasse 18+ mit ihrer fehlerfreien Darbietung einen hervorragenden 4. Platz.



Attitude: Tanz



Attitude: Gymnastik mit Reifen und Keulen

Das Team Développé freute sich über Platz 5. Ihre Übungsleiterin Sabrina Schweiger war glücklich über das gute Abschneiden ihrer Gruppe.



Développé: Tanz und Gym (unteres Bild)



Die beiden Jungmannschaften Tendu und Plié zeigten sich in der Jugendmeisterschaft Gymnastik und Tanz von ihrer besten Seite. Ihre Trainerinnen Aylin Diktas (Tendu) und Christine Maier (Plié) freuten sich über die beiden Plätze 6 und 8.



Tendu: Tanz und Gym (unteres Bild)



Plié: Tanz und Gym (unteres Bild)



Begrüßung der Tänzerinnen

Im *Pokalwettbewerb Gymnastik & Tanz* überzeugte die Jugendgruppe Chaîné nicht nur die mitgereisten Fans, sondern wurden vom Kampfgericht mit einem guten 5. Platz belohnt. Die Trainerinnen Andrea Kornhas und Kathrin Suttner waren froh über die soliden Leistungen ihrer Mädchen, die zum ersten Mal auf Landesebene starteten.



Chaîné: Tanz und Gym (unteres Bild)



Neben den Wettkämpfen blieb natürlich auch genügend Zeit für eine Stadtbesichtigung, Turnfestmeile und gemütliches Beisammensein. Wie schön, dass wieder jede Menge kleine und große Fans mitgereist sind und bei gefühlten 45 Grad in den Turnhallen mitgefiebert haben!

Mehr als 7.000 Teilnehmer und gut 25.000 Besucher bewegten sich in Burghausen fünf Tage lang im Rahmen des großen Wettkampf- und Breitensportfestivals.

md



Turnfestmeile



Burghausen



Seifenblasen für Große



Luisa

Neue Kindertanzgruppe in Planung

Wir möchten bei Bedarf eine neue Kindertanzgruppe für Kinder, die in den Jahrgängen 2008/2009/2010 geboren wurden, anbieten. Wenn Ihr Interesse habt, wendet Euch bitte nach 14 Uhr telefonisch an Susanne Bremm (08151-50498)

md



Herzlichen Glückwunsch Elke Sigel!!

Die gute Seele der Geschäftsstelle des MTV Berg feiert Geburtstag. Liebe Elke, wir wünschen Dir im Namen aller Mitglieder alles, alles Gute zu deinem 60. Klar, dass wir es uns nicht nehmen ließen, Dich mit einem kleinen Showtanz zu überraschen (Bild rechts).

md



Showauftritt beim Sommerfest

Am 12. Juli 2015 traten die beiden jüngsten Gymnastik und Tanz-Gruppen beim Sommerfest des St. Josef Altenheims in Percha auf. Die Gruppe Coupé zeigte ihren Tanz zum Lied „High School Love“ und die Gruppe Chaîné hatte extra für diesen Auftritt einen Showtanz zu „I will never let you down“ einstudiert. Die Seniorinnen und Senioren waren begeistert von den tollen Auftritten und auch die Mädchen hatten großen Spaß.

Andrea Kornhas



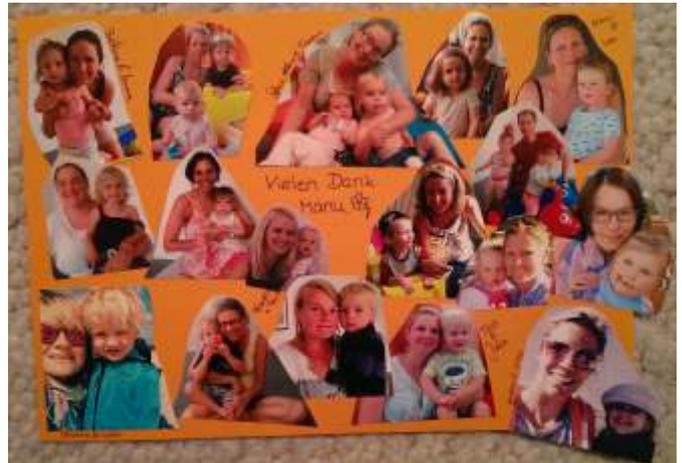
Chaîné und Coupé

Kinderturnen

Abschied vom Zwergerlturnen

Viele Jahre hat Manuela Krebs mit unseren kleinsten Turnkindern Purzelbäume, Balancieren, Bälle werfen, Trampolin springen, klettern, rutschen und noch vieles, vieles mehr geübt. Da sie jetzt noch eine weitere Kinderturnstunde leitet (montags, 16:15-17:45 Uhr ab 7 Jahre) unterstützt sie uns nur noch aushilfsweise beim Zwergerlturnen.

Herzlichen Dank von allen Teilnehmern für die vielen kreativen Ideen und die gute Arbeit!
md



Turnzwergerl mit Mamas und Papa

Fit in den Frühling

Um nach einem langen Winter wieder top fit und sportlich in den Frühling und Sommer 2015 zu starten besuchten die Kinder des Donnerstags-Kinderturnen fleißig das Training und nahmen hier am internen Wettkampf „Fit in den Frühling“ teil.

Die jungen TurnerInnen absolvierten Übungen am Boden, auf dem Schwebebalken, an den Ringen, auf dem Trampolin und vielem mehr. Nachdem alle Kinder möglichst viele Aufgaben üben und uns Trainern präsentieren konnten, gab es während einer Siegerehrung in der Turnstunde für alle Teilnehmer eine Urkunde.

Lisa Urban



Fit in den Frühling



Turnkids mit Urkunden

Abzeichen: Turnpapperl

Am internen Frühjahrswettkampf „Turnpapperl“ haben zu unserer Freude zahlreiche Kinder teilgenommen. Stolz halten sie Ihre Urkunden nach Oben. Und das zu Recht, denn hierfür wurde ihnen viel abverlangt. Unter anderem mussten Geschicklichkeit, Kraft, Koordination, Kreativität, Rhythmus und Ausdauer unter Beweis gestellt werden. Der Spaß dabei kam natürlich auch nicht zu kurz und die Motivation wurde gefördert. Mit der Urkunde gab es für jedes Kind noch eine kleine Belohnung.

Kathi Stadler

Dürfen wir vorstellen: Kinderturnen am Donnerstag

Jeden Donnerstag kommen zwischen 20 und 30 Kinder in die Schulturnhalle in Aufkirchen zum Kinderturnen. Damit im Gewusel der 4- bis 7-jährigen Mädchen und Jungen ein wenig Ordnung herrscht, gibt es dazu noch zwei Trainer Basti Bremm und Lisa Urban und einen Assistenten Daniel Ross.

Unser Training beginnt um 17:15 Uhr und endet um 18:45 Uhr.

In diesen 1,5 Std machen wir verschiedene Spiele, welche die Aufmerksamkeit, Orientierung und Koordination schulen. Und um die jungen Turnerinnen und Turner auch schon an das Geräteturnen heranzuführen, erlernen wir spielerisch den Umgang mit den verschiedenen Geräten.

Damit eine gewisse Abwechslung herrscht und immer wieder neues Interesse entwickelt wird, führen wir pro (Schul-)Jahr einige interne



Komm zu uns und mach mit!

Wettkämpfe durch. Anschließend gibt es für alle Teilnehmer eine Urkunde.

Wenn ihr Lust auf Turnen habt und zwischen 4 und 7 Jahre alt seid, dann dürft ihr gerne an einem Donnerstag ab 17:15 Uhr zu einer Schnupperstunde kommen.

Wir freuen uns auf euch!

Lisa Urban

10-Kampf-Wettkampf der Kinderturngruppen Montag und Dienstag

Die Trainerinnen der Kinderturngruppen vom Montag und Dienstag haben dieses Jahr mit „ihren Kindern“ einen 10-Kampf-Wettkampf durchgeführt, der bei erfolgreicher Teilnahme mit einer Medaille und einer Urkunde belohnt wurde.

Der 10-Kampf bestand aus den Leichtathletik-Disziplinen: Laufen, Springen, Werfen und wurde mit Gleichgewichtsübungen (u.a. eine



Kinderturnen Dienstag: Trainerin Kathi Stadler und ihre Helfer Paolo Schraudenbach und Ben Heckmann



Kinderturnen Montag: Trainerin Manuela Krebs und ihre Helfer Toni Nöbauer und Ben Heckmann

Strecke mit einem Ring auf dem Kopf oder mit einem Ball zwischen zwei Keulen zurücklegen) und Spaßdisziplinen (u.a. Basketballkorbwurf, Kegeln, Dosenwerfen) ergänzt.

Die Kinder und auch TrainerInnen hatten jede Menge Spaß und werden dies bestimmt mit anderen Disziplinen nächstes Jahr wiederholen.

Manuela Krebs

Sport für Erwachsene

Mamifit nun donnerstags

Mamifit findet ab Herbst 2015 nun *donnerstags* von 10:00-11:30 Uhr im Clubraum des Pfarrheims in Aufkirchen statt. Mamis, die Lust haben auf eine etwas andere Workout-Stunde, sind jederzeit herzlich willkommen.

Durch einen Mix von Ausdauer- und Kräftigungsübungen bietet diese Stunde ein effektives, abwechslungsreiches Ganzkörpertraining mit Elementen aus Aerobic, Rückenfitness, Beckenbodentraining und Bauch-Beine-Po-Übungen.

Und das Beste daran: Ihr braucht keinen Babysitter, denn ihr könnt euer Kind einfach mitbringen. Die Kinder werden bei verschiedenen Übungen mit einbezogen oder erkunden den Raum und spielen, während ihr trainiert.

Mitmachen können alle Mamis, deren Kinder ca. 1-3 Jahre alt sind. Die Kleinen sollten sich fortbewegen können, damit sie die verschiedenen Spiel- und Bewegungsangebote nutzen können.

Probiert es doch einfach mal aus. Ich freue mich auf euch. Anmeldung bitte bei Monika Dühring unter Tel.: 08151-953313.

Kosten für Nichtmitglieder: 90 € (10 x 90 min)

md



Pilates



Pilates im Pfarrheim

Für die Teilnehmer am Pilatetraining der Turnabteilung wird ab Dienstag, 15.09.2015, der Kurs für Fortgeschrittene weiter geführt. Um den Weg für Seiteneinsteiger zu ermöglichen, beginnt im Herbst dieses Jahres ein Basiskurs zum Erlernen der CBP (Control Balance Pilates) Technik. Hierbei ist die kontrollierte Atmung in Verbindung mit der Kräftigung der Tiefenmuskulatur, vorrangig Beckenboden und Bauchmuskulatur, ein grundlegender Programmteil.

Anmeldungen bitte an Übungsleiterin Elisabeth Flögel, Tel.: 08151-95548.

Zeitpunkt: Donnerstags 19.00 bis 19.45 Uhr im Pfarrheim Aufkirchen
Elisabeth Flögel

Nordic Walking: Was uns daran so gefällt

Wir sind alle begeisterte Nordic Walker geworden. Diese Sportart sollte sich keiner entgehen lassen. Ob Nordic Walking tatsächlich aus den bayerischen Alpen stammt oder aus dem hohen Norden ist im Grunde aber gar nicht wichtig: Das Gehen mit den Stöcken ist einfach die ideale Sportart, wenn Ihr wie wir Lust habt, Euch in der freien Natur zu bewegen und den Körper auf sanfte Art fit und gesund zu halten. Also: Auf geht's! Spaß garantiert... Nach der Winterpause beginnen wir wieder an Ostern.



Nordic Walking

Anneliese Doll

Fit mit Musik, donnerstags in der Rottmannshöhe

Ganzkörpertraining mit viel Musik, bei dem schon mal der eine oder andere Schweißtropfen fließt. Für alle geeignet, die ihre Ausdauer steigern und die Muskulatur aufbauen möchten.

Kurs: Ab November bis Mai/Juni 2016. Genauer Termin wird noch bekannt gegeben. Infos unter 0179/6653752.

Susanne Brunner

Einladung

Turngala 2015
Am Samstag, den
28. November

Einlass 14:00 Uhr
Beginn 14:30 Uhr
Nikolaus ca. 17:00 Uhr

In der Turnhalle in
Biberkorn

Wir laden ein zum
Winterzauber

Taekwon-Do

Die Farben werden dunkler.

Wer mit einer sportlichen Betätigung mehr erreichen will, als nur fitter zu werden, der ist beim *Traditionellen Taekwon-Do* goldrichtig. Wer lernen möchte, sich wirksam selbst zu verteidigen und weniger angreifbar zu wirken, jedoch „prolliges Herumgekloppe“ scheut, der ist beim *Traditionellen Taekwon-Do* goldrichtig. Wer sich ein Instrument aneignen möchte, sich zu erden und durch Meditation auszumitteln, jedoch nicht minutenlang in einer einzigen Verrenkung verharren möchte, der ist beim *Traditionellen Taekwon-Do...* Genau: Goldrichtig. Seit Jahren bietet der MTV Berg in Aufkirchen und Biberkor *Traditionelles Taekwon-Do* für Erwachsene und Kinder an. Mit dem Schuljahr beginnen hier neue Kurse.

Die vielseitigen Übungen im *Traditionellen Taekwon-Do* fördern Konzentration, Koordination, Durchhaltevermögen, Wahrnehmung, Impulskontrolle und Disziplin. Traditionelles *Taekwon-Do* ist kein Wettkampf, kein Schaugetue, sondern ein Weg der Entwicklung von Geist, Körper, Persönlichkeit. Der Weg des *Traditionellen Taekwon-Do* ist die stetige Arbeit an sich selbst in allen Bereichen. Meditation gehört daher ebenso zum Training wie zeitgemäßes Stretching und die wirkungsvollen Kampftechniken.



Unsere Taekwon-Do`ler

Traditionelles Taekwon-Do ist für jeden geeignet, egal welchen Alters oder welcher Konstitution. Taekwon-Do ist eine wirksame Selbstverteidigung. Vor allem Frauen und Kinder lernen sich gegen Übergriffe Stärkerer wirkungsvoll zur Wehr zu setzen. Im *Traditionellen Taekwon-Do* werden Fuß- wie Handtechniken geübt, Selbstverteidigung, abgesprochener und freier Kampf (ohne Kontakt), Fallschule und vieles mehr.

Das Training bei Stefan Rudolf findet im Winter montags von 17:30 bis 19:00 Uhr, in der alten Schule Aufkirchen statt und freitags von 17:00 bis 18:30 in der OMG-Schule Aufkirchen. Jeder ist willkommen.

Stefan Rudolf

Asyl in Berg

Wie Ihr sicher aus der Presse schon erfahren habt, werden ab Anfang Oktober 2015 ca. 110 asylsuchende Menschen nach Berg kommen. Vieles muss bewältigt werden, um ihnen in Berg einen menschenwürdigen Aufenthalt zu ermöglichen. Der Asylhelferkreis der Gemeinde Berg geht mit gutem Beispiel voran und natürlich sieht sich auch der MTV Berg in der Pflicht mitzuhelfen und seinen Beitrag zur Integration zu leisten.

So möchten wir die Asylsuchenden unter anderem am Sportangebot teilhaben lassen.

Ohne feste Mitgliedschaft jedoch wären die Neulinge nicht versichert. Hier springt nun der Bayerische Landessportverband BLSV ein und übernimmt die Kosten dafür.

Damit wird über den Sport ein wichtiger Impuls in Sachen Integration gesetzt. Nationalitäten und Religion spielen keine Rolle, jeder soll sich einbringen dürfen.

Wir freuen uns, wenn wir die neuen Mitbewohner in unseren Sportstunden begrüßen dürfen.

Benjamin Beilicke, Turnabteilungsleiter

Ausflüge: Einmal Ingenieur sein

Unter diesem Motto fuhren wir im Rahmen des Ferienprogramms der Gemeinde zum Workshop "Mobilität gestalten" in die BMW Welt München.



Hier konnten die jungen Forscher Ihr Wissen zu den Themen Mobilität, Nachhaltigkeit und Globalität in einem spannenden Quiz auf die Probe stellen. Nach der Theorie ging es weiter an zehn interaktive Stationen, hier erfuhr man z.B. wie viel Muskelkraft man benötigt um Strom zu erzeugen.

Anschließend ging es in die Junior Campus Werkstatt, wo in Dreiergrüppchen eigene



Fahrzeuge gebaut wurden. Zur Auswahl standen verschiedene Motoren und Designs. Nach der erfolgreichen Prüfung auf der Teststrecke bekam jeder sein eigenes Diplom und die gebauten Fahrzeuge durften mit nach Hause genommen werden. Zum Abschluss waren wir noch auf dem Olympiaturm.

Miriam Wild und Simone Schwarz

Nachruf

Frau Hertha-Ilse Eberl (Berg)

* 13.12.1925 + 03.09.2015

Hertha-Ilse Eberl war seit 1966 Mitglied der Turnabteilung des MTV Berg.

Über mehrere Jahrzehnte hat sie sich nicht nur mit viel Hingabe für die Nikolausfeiern engagiert. Jahrelang kümmerte sie sich auch um die MTV-Turntrikots und vieles mehr. Herzlichen Dank dafür!

Unsere Gedanken und unser Mitgefühl sind bei ihrer Familie.

Die Turnabteilung

Ausbildungen / Fortbildungen:

Gerätturnen weiblich: Matthias Wölper, Jana Flögel und Marlene Keppner

Ferientanztage: Sabrina Schweiger

Core Training: Elisabeth Flögel

Kampfrichtereinsätze:

Gerätturnen/ Gymnastik & Tanz / Dance in Burghausen: Aylin Diktas, Monika Dühning, Andrea Kornhas, Miriam Kreis, Christine Maier, Annette Reisländer, Ferdinand Ullrich

Gerätturnen (Bayernpokal): Matthias Becker, Ferdinand Ullrich

Termine ab Oktober 2015

- | | |
|---------------|--|
| 02.10.-04.10. | Deutsche Meisterschaft Gymnastik und Tanz (Bremen) |
| 18.10. | 3. Runde Gau-Rundenwettkampf männlich – Gerätturnen Turngau Amper-Würm „Bayern-Pokal“ (Gröbenzell) |
| 17.10. | Gymnastik und Tanz Treffen (Germering) |
| 28.11. | Turngala (46. Nikolausfeier) Turnabteilung MTV Berg (Dreifachturnhalle Biberkor) |
| 2016 | *** |
| 16.01. | Feuerwerk der Turnkunst (München, Olympiahalle) |
| 17./18.01. | Kampfrichterlehrgang Gymnastik und Tanz/Dance (Stein) |
| 30./31.01. | Übungsleiter-Assistenten-Ausbildung 2015 – Teil 1 (N.N.) |
| 08.02. | Gau-Turntag mit Sportlerehrung (Fürstenfeldbruck) |
| 20./21.02.. | Übungsleiter-Assistenten-Ausbildung 2015 – Teil 2 (N.N.) |
| 28.02./01.03. | Kampfrichterlehrgang Gymnastik und Tanz/Dance (Neusäß) |
| 01.03. | Kampfrichter-Lehrgang Gerätturnen männlich(Lohhof) |
| 05.03. | Lehrgang Grundlagen im Gerätturnen |
| 14.03. | 1. Runde Gau-Rundenwettkampf männlich – Gerätturnen, Turngau Amper-Würm „Bayern-Pokal“ (Germering/Unterpfaffenhofen) |

Stundenplan ab Nov. 2015

Kinder- und Gerätturnen, Taekwon-Do, Trampolin	Alter	Stunde	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Tel.
	1-3	Zwergerlturnen	Fr	10:00-11:30	Pfarrheim Aufkirchen	Monika Dühning, Manuela Krebs	08151-953313
	1-3	Mamifit mit Kind	Do	10:00-11:30	Pfarrheim Aufkirchen	Monika Dühning	08151-953313
	3-5	Eltern-Kind-Turnen	Do	15:30-17:00	TH Aufkirchen	Manuela Krebs	08151-959966
	4-6	Kinderturnen	Di	17:00-18:30	TH Aufkirchen	Katharina Stadler, Paolo Schraudenbach	0173-4249220
	4-6	Kinderturnen	Do	17:15-18:45	TH Aufkirchen	Lisa Urban, Sebastian Bremm, Daniel Ross	0176/82460172
	ab 7	Kinderturnen	Mo	16:15-17:45	TH Aufkirchen	Manuela Krebs, Toni Nöbauer	08151-959966
	6-9	Yoga für Kinder	Fr	17:45-18:30	Pfarrheim Aufkirchen	Melanie Bremm, Katharina Stadler	0157/39261565
	ab 10	Yoga für Teenies	Di	18:30-19:30	Pfarrheim Aufkirchen	Melanie Bremm	0157/39261565
	ab 10* +Erw.	Taekwon-Do*	Mo Fr	17:30-19:00 17:00-18:30	Alte Schule Aufkirchen TH Aufkirchen	Stefan Rudolf	08151-16819
	7-12	Gerätturnen, männlich (Wettkampfteilnahme)	Di+ Do	17:30-19:00 17:30-19:30	TH Biberkor	Gerhard Buchmann, Matthias Becker	08151-970664
	7-12	Gerätturnen, weiblich	Do	17:30-19:30	TH Biberkor	Matthias Wölper, Jana Flögel, Marlene Keppner	08151-50358
	13-16	Gerätturnen, männlich (Wettkampfteilnahme)	Di+ Do	19:00-20:30 17:30-19:30	TH Biberkor	Gerhard Buchmann, Matthias Becker	08151-970664
	13-16	Gerätturnen,weibl.	Di	19:00-20:30	TH Biberkor	Gerhard Buchmann	08151-970664
	10-16	Trampolinturnen	Di	18:00-20:00	TH Biberkor	Matthias Wölper, Ben Menrad	08151-50358
ab 16* +Erw.	Allgemeines Gerätturnen (m/w)*	Di + Do	20:00-21:30 20:00-22:00	TH Biberkor TH Aufkirchen	Gerhard Buchmann	08151-970664	

*Allgemeines Gerätturnen und Taekwon-Do ist auch für Erwachsene geeignet

Gymnastik & Tanz	(Jahrgänge)						
	2005-07	Coupé (Kinder)	Fr	15:00-17:00	TH Aufkirchen	Stefanie Scholz, Christina Haas	08151-4462573
	2002-04	Chainé (Kinder)	Di + Fr	16:00-18:00 16:00-18:00	TH FSV Höhenrain TH Kempfenhausen	Andrea Kornhas	08151-9719760
	2000/01	Plié (Jugend)	Mi + Fr	16:30-18:30 15:00-17:00	TH Aufkirchen TH Biberkor	Christine Maier	08151-4462711
	1998-00	Tendu (Jugend)	Mo + Fr	18:00-20:00 15:00-17:00	TH Aufkirchen TH Biberkor	Aylin Diktas	0151-43133006
	1992-97	Développé (Erwachsene)	Fr + So	18:00-20:00 17:00-18:45	TH Kempfenhausen TH Biberkor	Sabrina Schweiger	08151-953383
	ab 1993	Arabesque (Erwachsene)	Mi+ So	18:30-20:30 17:00-18:45	TH Aufkirchen TH Biberkor	Annette Reisländer	0173-3886078
	ab 1993	Attitude (Erwachsene)	Mi + So	20:00-22:00 18:45-21:00	TH Aufkirchen TH Biberkor	Annette Reisländer	0173-3886078

Für Erwachsene							
	Jazztanz	Mo	20:00-22:00	TH Aufkirchen	Angelika Flögel	08151-979383	
	Kondition und Koordination**	Di	09:00-09:45	Pfarrheim Aufkirchen	Elisabeth Flögel	08151-95548	
	Pilates (Fortgeschrittene)**	Di	10:00-11:00	Pfarrheim Aufkirchen	Elisabeth Flögel	08151-95548	
	Konditions- und Skigymnastik	Di	18:30-19:30	TH Aufkirchen	Marion Sigel	0172-9982982	
	Entspannung am Abend	Di	19:30-21:00	Pfarrheim Aufkirchen	Melanie Bremm	0157-39261565	
	Pilates (Einsteiger)**	Do	19:00-19:45	Pfarrheim Aufkirchen	Elisabeth Flögel	08151-95548	
	Fit mit Musik	Do	19:00-20:00	TH Rottmannshöhe	Susanne Brunner	0179-6653752	
	Latino-Aerobic	Do	20:00-21:30	Pfarrheim Aufkirchen	Elisabeth Flögel	08151-95548	
	Aktiv bleiben	Fr	17:00-18:00	TH Biberkor	Heidi Sewald	0176-68186775	
Yoga	Fr	18:45-20:15	Pfarrheim Aufkirchen	Melanie Bremm	0157-39261565		

**Präventionsangebot