



Stundenplan für Kinder und Jugendliche (Kinder- und Gerätturnen, Yoga)

Alter	Stunde	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Tel.
1-3	Zwergerturnen	Freitag	10:00 – 11:30	Pfarrheim Aufkirchen	Annette Egenhofer	0173 3886078
0,5-2	Mamifit mit/ohne Kind	Donnerstag	08:45 – 10:15	Pfarrheim Aufkirchen	Monika Dühring	953313
3-5	Eltern-Kind-Turnen	Dienstag oder 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, Jennifer Flögel, Sophia Brücklmeier, Selina Weindorf	0176 82460172
4-6	Kinderturnen	Donnerstag	17:15 – 18:45	Turnhalle Aufkirchen	Kathi Stadler, Jolina Beckmann, Philomena Galm	0176 24409263
6-10	Yoga für Kinder	Donnerstag		Pfarrheim Aufkirchen	Lisa Urban	0176 82460172
ab 1. Klasse	Kinderturnen	Montag	16:30 – 18:00	Turnhalle Aufkirchen	Sophia Brücklmeier, Philomena Galm, Magdalena Hauke	01578 580712
ab 5. Klasse	Funsport	Mittwoch	18:30 – 19:30	Turnhalle Aufkirchen	Manuela Krebs	959966
ab 11	Yoga für Teenies	Dienstag	18:15 – 19:30	Turnhalle Aufkirchen	Lisa Urban	0176 82460172



Stundenplan für Kinder und Jugendliche (Kinder- und Gerätturnen)

Alter	Stunde	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Tel.
7-12	Gerätturnen männlich (Wettkampfteilnahme)	Dienstag und Donnerstag	17:30 – 19:00	Turnhalle Biberkor	Gerhard Buchmann, Emilian Hohberg, Laurin Stefferl	970664
7-12	Gerätturnen weiblich	Donnerstag	17:30 – 19:30	Turnhalle Biberkor	Maja Quien, Matthias Wölper, Mette Bartsch, Jule Ernst	01514 2110797
13-16	Gerätturnen männlich (Wettkampfteilnahme)	Dienstag und Donnerstag	19:00 – 20:30	Turnhalle Biberkor	Gerhard Buchmann	970664
13-16	Gerätturnen weiblich	Donnerstag	19:00 – 20:30	Turnhalle Biberkor	Gerhard Buchmann	970664
ab 16	Allgemeines Gerätturnen	Dienstag und Donnerstag	20:00 – 21:30	Turnhalle Biberkor	Gerhard Buchmann	970664



Stundenplan Gymnastik und Tanz

JG	Stunde	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Tel.
2011 - 2013	Assemblé (Kinder)	Freitag	15:00 – 16:00	Turnhalle Aufkirchen	Annette Egenhofer, Veronika Pfisterer	0173 3886078
2005 - 2010	Relevé + Coupé (Kinder)	Mittwoch	17:00 – 18:30	Turnhalle Aufkirchen	Marlene Keppner, Jana Flögel	0174 6238595 01525 6275466
2004 u. Älter	Chainé + Plié (Jugend)	Montag + Freitag	18:00 – 20:00 16:00 – 18:00	Turnhalle Aufkirchen Turnhalle Kempfenhausen	Andrea Kornhas	9719780
18+	Développé (Erwachsene)	Freitag + Sonntag	17:45 – 19:45 16:45 – 18:45	Turnhalle Kempfenhausen Turnhalle Biberkor	Andrea Kornhas	9719780
30+	Attitude (Erwachsene)	Mittwoch + Sonntag	19:30 – 21:30 18:45 – 21:00	Turnhalle Aufkirchen Turnhalle Biberkor	Annette Egenhofer	0173 3886078



Stundenplan für Erwachsene

Stunde	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Tel.
LesMills BodyBalance	Montag	08:30 – 09:30	Pfarrheim Aufkirchen	Chris Wieriks	0031 654394213
LesMills BodyPump***	Montag	09:30 – 10:30	Pfarrheim Aufkirchen	Ilke Atug	0172 2467284
LesMills BodyCombat***	Montag	19:00 – 20:00	Pfarrheim Aufkirchen	Ilke Atug	0172 2467284
LesMills BodyBalance45° ****	Montag	20:00 – 20:45	Pfarrheim Aufkirchen	Franziska Beilicke	0176 62937005
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
Entspannung am Abend	Dienstag	19:30 – 21:00	Pfarrheim Aufkirchen	Lisa Urban	0176 82460172
Allgemeines Gerätturnen m/w	Dienstag + Donnerstag	20:00 – 21:30	Turnhalle Biberkorn	Gerhard Buchmann	970664

Stand: Oktober 2020



Stundenplan für Erwachsene

Stunde	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Tel.
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
LesMills BodyPump ***	Mittwoch	19:00 – 20:00	Pfarrheim Aufkirchen	Ilke Atug	0172 2467284
Mamifit / Workout mit/ohne Kinds	Donnerstag	08:45 – 10:15	Pfarrheim Aufkirchen	Monika Dühring	953313
Pilates (Fortgeschrittene) **	Donnerstag	19:00 – 20:00	Turnhalle Aufkirchen	Elisabeth Flögel	95548
Body-Weight (Workout) **	Donnerstag	20:15 – 21:15	Turnhalle Aufkirchen	Katharina Stadler	0176 24409263
LesMills BodyBalance ***	Freitag	08:30 – 09:30	Pfarrheim Aufkirchen	Chris Wieriks	0031 654394213
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