



**Stundenplan für Kinder und Jugendliche
(Kinder- und Gerätturnen, Yoga und Gymnastik und Tanz)
Stand: 03.10.2022**

Alter	Stunde	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Telefon
0,5 - 2	Mamifit mit/ohne Kind	Freitag	08:30-10:00	Pfarrheim Aufkirchen	Monika Dühning	953313
1 - 3	Zwergerturnen	Freitag	10:00-11:00	Pfarrheim Aufkirchen	Steffi Scholz	0176 72566946
3 - 5	Eltern-Kind-Turnen	Dienstag Donnerstag	15:00-16:30 15:30-17:00	Turnhalle Aufkirchen	Manuela Krebs	0172 8938272
4 - 6	Kinderturnen	Dienstag	16:30-18:00	Turnhalle Aufkirchen	Magdalena Hauke	01590 5091398
4 - 6	Kinderturnen	Donnerstag	17:15-18:45	Turnhalle Aufkirchen	Kathi Stadler	0176 24409263
6 – 10	Yoga für Kinder	Donnerstag	16:30-17:15	Vereinsheim Aufkirchen	Lisa Urban	0176 82460172
ab 1. Klasse	Kinderturnen	Montag	17:15-18:45	Turnhalle Aufkirchen	Magdalena Hauke	01590 5091398
ab 5. Klasse	Funsport	Mittwoch	17:30-19:00	Turnhalle Aufkirchen	Manuela Krebs	0172 8938272
ab 11	Yoga für Teenies	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	16:30-17:30	Turnhalle Aufkirchen	Marlene Keppner	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 gelten die aktuellen Corona-Vorgaben



**Stundenplan für Erwachsene
Stand: 03.10.2022**

Stunde	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer	Telefon
LesMills BodyCombat	Montag	18:00-19:00	Pfarrheim Aufkirchen	Ilke Atug	0172 2467284
LesMills BodyPump	Montag	19:00-20:00	Pfarrheim Aufkirchen	Chris Wieriks	0031 654394213
Fit mit dem Hula Hoop	Montag	19:30	Online oder Outdoor	Christina Haas	0173 3201905
Les Mills BodyBalance	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	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
Nordic Walking	Mittwoch	18:00:00		Anneliese Doll	51734
Pilates (Fortgeschrittene)**	Donnerstag	19:00-20:00	Turnhalle Aufkirchen	Elisabeth Flögel	95548
LesMills BodyPump	Donnerstag	18:00-19:00	Pfarrheim Aufkirchen	Ilke Atug	0172 2467284
LesMills BodyCombat	Donnerstag	19:00-20:00	Pfarrheim Aufkirchen	Steffi Reynolds	0170 8050533
LesMills BodyBalance	Donnerstag	20:00-21:00	Pfarrheim Aufkirchen	Chris Wieriks	0031 654394213
Body-Weight (Workout)**	Donnerstag	20:15-21:15	Turnhalle Aufkirchen	Katharina Stadler	0176 24409263
Mamifit/Workout mit/ohne Kind	Freitag	08:30-10:00	Pfarrheim Aufkirchen	Monika Dühning	953313
Aktiv bleiben	Freitag	17:45-18:45	Turnhalle Aufkirchen	Heidi Sewald	0176 68486775
Faszien-Yoga	Freitag	18:00-19:30	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 gelten die aktuellen Corona-Vorgaben