



GTV- Sommerferienprogramm 2024

Mo., 08.07.2024		Die., 09.07.2024		Mi., 10.07.2024		Do., 11.07.2024		Fr., 12.07.2024	
15.30-16.30 Uhr Familien in Bewegung ab 3 Jahre (Maren) SP	20.00-21.00 Uhr Functional Outdoor (Claudia) SP Bitte eine Matte mitbringen	17.00-18.00 Uhr Familien in Bewegung ab 3 Jahre (Maren) SP	18.00-19.00 Uhr Walking (Ingeborg) SP	10.30-12.00 Uhr Karate 55+ (Harry) GH	18.00-19.00 Uhr Dance Fitness (Jacqueline) GH	19.00-20.00 Uhr BOP (Katja) GH		19.00-20.00 Uhr Ganzkörpertraining (Jacqueline) GH	
									
Mo., 15.07.2024		Die., 16.07.2024		Mi., 17.07.2024		Do., 18.07.2024		Fr., 19.07.2024	
15.30-16.30 Uhr Familien in Bewegung ab 3 Jahre (Maren) SP	20.00-21.00 Uhr Ladys & Gents Bitte Matte mitbringen (Katja)SP (Bei schlechtem Wetter GH)	17.00-18.00 Uhr Familien in Bewegung ab 3 Jahre (Maren) SP	18.00-19.00 Uhr Gymnastik (Ingeborg) SP	10.30-12.00 Uhr Karate 55+ (Harry) GH	18.00-19.00 Uhr Dance Fitness (Jacqueline) GH	15.30-16.30 Uhr Eltern Kind für 1-4 jährige (Melanie) OUTDOOR Treffpunkt AZ	20.00-21.00 Uhr Fußball (Lena) SP	19.00-20.00 Uhr Ganzkörpertraining (Jacqueline) GH	
10.00 Uhr Rad Treff (Kai)Treffpunkt am AZ Helmpflicht 50-60km, Ø 22-25 km/h									
Mo., 22.07.2024		Die., 23.07.2024		Mi., 24.07.2024		Do., 25.07.2024		Fr., 26.07.2024	
15.30-16.30 Uhr Familien in Bewegung ab 3 Jahre (Maren) SP	19.00-20.00 Uhr Intervall Workout (Markus) SP (Bei schlechtem Wetter GH)	18.00-19.15 Uhr SUP Anfänger (Claudia) GroßKaarsterSee 19.15-20.30 Uhr Aufsteiger *Anmeldung unter 015771244279 Pro Termin 10€ fürs Board	17.00-18.00 Uhr Familien in Bewegung ab 3 Jahre (Maren) SP	10.30-12.00 Uhr Karate 55+ (Harry) GH		15.30-16.30 Uhr Eltern Kind für 1-4 jährige (Melanie) OUTDOOR, Treffpunkt AZ			
		18.00-19.00 Uhr Ballspiele (Ingeborg) SP	18.00-19.00 Uhr Dance Fitness (Jacqueline) GH	20.00-21.00 Uhr Bodyworkout (Katja)GH	20.00-21.00 Uhr Fußball (Lena) SP	20.00-21.00 Uhr Mobil. & Flexibility (Claudia) SP Bitte eine Matte mitbringen			
10.00 Uhr Rad Treff (Kai)Treffpunkt am AZ Helmpflicht 50-60km, Ø 22-25 km/h									
Mo., 29.07.2024		Die., 30.07.2024		Mi., 31.07.2024		Do., 01.08.2024		Fr., 02.08.2024	
19.00-20.00 Uhr Fitnessyoga (Dani) GH	19.00-20.00 Uhr Intervall Workout (Markus) SP	*18.00-19.15 Uhr SUP Anfänger (Claudia) GroßKaarsterSee *19.15-20.30 Uhr Aufsteiger	18.00-19.00 Uhr Walking (Ingeborg) SP	10.30-12.00 Uhr Karate 55+ (Harry) GH	20.00-21.00 Uhr Flexibar (Katja)GH	20.00-21.00 Uhr Fußball (Lena) SP	20.00-21.00 Uhr Summer Dance (Claudia) SP	18.30-19.30 Uhr Fitnesszirkel (Claudia)SP	
Mo., 05.08.2024		Die., 06.08.2024		Mi., 07.08.2024		Do., 08.08.2024		Fr., 09.08.2024	
17.45-18.45 Uhr Ausdauerzirkel (Muckis) Anmeldung klicke hier (über Muckis) Anmeldung klicke hier (über Muckis)	19.00-20.00 Uhr Functional Training (Dani) GH	*18.00-19.15 Uhr SUP Anfänger (Claudia) GroßKaarsterSee *19.15-20.30 Uhr Aufsteiger	18.00-19.00 Uhr Gymnastik (Ingeborg) SP	10.30-12.00 Uhr Karate 55+ (Harry) GH	20.00-21.00 Uhr XCO Workout (Katja) GH	20.00-21.00 Uhr Mobility & Flexibility (Claudia) SP Bitte eine Matte mitbringen	19.00-20.00 Uhr Ladys & Gents Matte mitbringen (Katja) SP (Bei schlechtem Wetter GH)	09.30-10.30 Uhr Kraftzirkel (Muckis) Anmeldung klicke hier (über Muckis)	
Mo., 12.08.2024		Die., 13.08.2024		Mi., 14.08.2024		Do., 15.08.2024		Fr., 16.08.2024	
20.00-21.00 Uhr Functional Outdoor (Claudia) SP Bitte eine Matte mitbringen	17.45-18.45 Uhr Ausdauerzirkel (Muckis) Anmeldung klicke hier (über Muckis)	*18.00-19.15 Uhr SUP Anfänger (Claudia) GroßKaarsterSee *19.15-20.30 Uhr Aufsteiger	18.00-19.00 Uhr Ballspiele (Ingeborg) SP	10.30-12.00 Uhr Karate 55+ (Harry) GH		19.00-20.00 Uhr Ladys & Gents Matte mitbringen (Katja) SP (Bei schlechtem Wetter GH)		9.30-10.30 Uhr Kraftzirkel (Muckis) Anmeldung klicke hier (über Muckis)	
									
GH: Gymnastikhalle (Am Buscherhof) - SP: Sportplatz Johannes-Büchner-Straße (Treffpunkt am Eingang)									