

Fitness ▼

Aerobic (Bauch/Beine/Po)

Mo 19:15-20:15 △ Isardamm
 Di 18:45-19:45 △ KL Grundschule
 Mi 20:00-21:00 △ KL Grundschule
 Do 20:00-21:00 △ Franz-Marc-Schule

Step-Aerobic

Mi 19:00-20:00 △ KL Grundschule

Zumba®

Di 20:00-21:00 △ Franz-Marc-Schule
 Mi 19:00-20:00 △ OLW

Zumba® Sentao™

Mo 19:00-20:00 △ OLW
 (max. Teilnehmerzahl 15)

Di 19:00-20:00 △ OLW

(max. Teilnehmerzahl 15)

Zumba® Step

Do 20:00-21:00 △ TuS Champini
 (max. Teilnehmerzahl 15)

Zumba® Strong

Mi 20:15-21:15 △ TuS Champini

Hot Iron®

Mo 20:15-21:15 △ TuS Champini
 (max. Teilnehmerzahl 15)

Gymnastik ▼

Gymnastik ab 40

Do 19:00-20:00 △ Isardamm

Funktionelle Gymnastik ab 50

Mo 16:00-17:30 △ Isardamm

Tanz ▼

Kindertanz

Mo 14:30-15:15 △ KL MS Bühne
 Lollipops I (4 bis 6 Jahre)
 Mo 15:15-16:00 △ KL MS Turnhalle
 Disco Kids (7 bis 10 Jahre)
 Mo 16:00-17:00 △ KL MS Bühne
 Showtanz (8-10 Jahre)
 Mo 16:30-17:30 △ KL MS Bühne
 Showtanz (ab 10 Jahre)

Kinderturnen ▼

Sport für Kindergarten/Vorschulkinder

Di 16:00-17:30 △ Franz-Marc-Schule
 Mi 17:00-18:30 △ KL Grundschule
 Mi 15:00-16:30 △ Isardamm

Schulturnen

Mi 17:00-18:30 △ KL Grundschule
 Mi 16:30-18:00 △ Isardamm

Gerätturnen weiblich ab 6 Jahre

Di 16:00-17:30 △ KL Grundschule
 (nach Anmeldung - Kurs momentan voll)

Eltern & Kind ▼

Eltern & Kind Turnen

Mo 15:45-16:45 △ Franz-Marc-Schule
 Mi 16:00-17:00 △ KL Grundschule
 Do 16:00-17:00 △ Isardamm
 Fr 15:30-16:30 △ KL Grundschule

Jugendliche ▼

Jugendturnen (ab 5. Klasse)

Mo 17:30-19:15 △ Isardamm
Gerätturnen weiblich ab 9 Jahre
 Mo 17:00-18:45 △ Franz-Marc-Schule
 Di 17:00-18:30 △ KL Grundschule
Akrobatik
 Mi 16:30-18:00 △ Gymnasium
Freestyle (ab 14 Jahre)
 Mi 16:30-18:30 △ Gymnasium
Großtrampolin
 Di 18:00-19:30 △ Gymnasium
 Di 19:30-21:00 △ Gymnasium

Erwachsene ▼

Jeder-Mann-Sport

Di 19:45-22:00 △ KL Grundschule

Integrative Gruppen ▼

Koordination & Bewegung

Do 18:00 bis 19:00 △ Lebenshilfe
 nur für Erwachsene
 Di 16:45 bis 17:30 △ Lebenshilfe
 nur für Erwachsene

Sporttreff am Freitag

Fr 18:15 - 19:15 △ TuS Champini

Selbstverteidigung ▼

ESDO

Mo 20:00-21:30 △ Franz-Marc-Schule
 Fr 20:00-21:30 △ KL Mittelschule
ESDO für Kinder
 Do 17:00-18:00 △ Isardamm
 Do 18:00-19:00 △ Isardamm

Senioren ▼

Seniorenturnen

Mo 14:30-16:00 △ Isardamm

REHA-Sport ▼

Sport nach Krebserkrankungen

Mi 18:15-19:15 △ TuS Champini
Wirbelsäulengymnastik **
 Di 18:00-18:45 △ Franz-Marc-
 Di 18:45-19:30 △ Franz-Marc-

Wohlfühlsport ▼

Pilates

Mi 19:15-20:15 △ TuS Champini
Wirbelsäulengymnastik/Pilates
 Mo 19:15-20:15 △ TuS Champini
Yoga
 Di 19:00-20:30 △ Pfarrsaal

Legende zu den Veranstaltungsorten

- △ **OLW:** Turnhalle Oberland Werkstätte, Gustav-Adolph Straße
- △ **Isardamm** Turnhalle: Isardamm Grundschule; Isardamm 14
- △ **Pfarrsaal:** Pfarrgemeinde "Heilige Familie"; Johannisplatz 31
- △ **KL Mittelschule** Turnhalle: Karl-Lederer-Mittelschule; Johann-Sebastian-Bach-Str. 4
- △ **TuS Champini: Kindertagesstätte "TuS Champini";** Adalbert-Stifter-Straße 7
- △ **Franz-Marc-Schule Turnhalle:** Franz Marc Förderschule; Robert-Schumann Weg 5
- △ **Gymnasium Turnhalle:** Gymnasium; Adalbert-Stifter-Str. 14
- △ **KL Grundschule** Turnhalle: Karl-Lederer-Grundschule; Eingang: Richard Wagnerstr.
- △ **Isarausaal:** Isarausaal Geretsried: Jahnstraße 4
- △ **Lebenshilfe (Nikolaus Wohnheim)** Sudetenstraße 2c; Geretsried
- △ **KL MS Bühne:** Karl-Lederer-Mittelschule; Johann-Sebastian-Bach-Str. 4

Erläuterungen

ESDO ist ein Selbstverteidigungs-Sport, der aus unterschiedlichen Vollkontakt-Kampfsportarten entwickelt wurde.

**REHA-Kurse: Teilnahme nur mit ärztlicher Verordnung.

Unsere Mitgliedsbeiträge für jeweils ein Jahr betragen zur Zeit:

1. Erwachsene je 105 €
2. Kinder, Jugendliche und Senioren je 69 €
3. In Eltern-und-Kind-Kursen ist die Teilnahme für das Kind frei

Weitere Infos finden Sie im Web auf:
www.turnen-in-geretsried.de