



## Turnen

Kleinstkinderturnen			
Mo	GUA	17.00 - 18.00	3 bis 6 Jahre
Mi	SCHRO	17.00 - 18.00	3 bis 6 Jahre
	SCHRO	18.00 - 19.00	6 bis 10 Jahre
Di	BLU	16.00 - 17.15	Eltern-Kind-Turnen
Do	BLU	17.00 - 18.15	Eltern-Kind-Turnen
Anfänger/ Fortgeschrittene/ Mannschaftsturnen			
Mo	BLU	17.00 - 19.00	8 bis 18 Jahre
Di	BLU	17.15 - 18.15	3 bis 6 Jahre findet i.M. nicht statt!!
Di	GUA	16.45 - 17.45	5 bis 8 Jahre
Mi	BLU	17.00 - 18.30	8 bis 18 Jahre
	BLU	18.30 - 20.00	Mixed ab 19 Jahre
Do	BLU	17.00 - 21.30	Mixed ab 19 Jahre

## Wandern

Do	jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat
----	-------------------------------------

## Tennis

TE	Die Trainingszeiten - siehe Stecktafel
----	--

## Volleyball

Di	GRO	19.00 - 21.30	Freizeitliga (3+3 mixed)
Mi	DRO	19.30 - 21.30	Freizeit
Do	BLU	19.15 - 21.15	Freizeitliga (4+2 mixed)

## Hallenbelegung (Abkürzungen)

<b>BLU</b>	Blumenauer Schule, 80689 München, Blumenauerstr. 11
<b>DRO</b>	Grundschule, 80686 München, Droste-Hülshoff-Str. 9
<b>ELSA</b>	Elsa-Brandström-Gymnastium, 81241 München, Ebenböckstr. 1
<b>ERA</b>	Erasmus-Grasser-Gymnasium, 81377 München, Fürstenriederstr. 159
<b>FVE</b>	Fischer v. Erlach Halle, 80689 München, Fischer-von-Erlach Str. 6
<b>GAJ</b>	Sporthalle, 81371 München, Gaißacher Str. 8
<b>GBÜ</b>	Georg-Büch. Realsch., 80686 München, Droste-Hülshoff-Str. 5
<b>GRO</b>	Großhadener Schule, 81375 München, Großhademerstr. 50
<b>GUA</b>	Guardini Schule, 81375 München, Guardinistr. 60
<b>HE</b>	Grundschule am Hedernfeld, 81375 München, Am Hedernfeld 42-44
<b>LIN</b>	Berufsfachschule für den EZH, 80377 München, Lindwurmstr. 90
<b>PE</b>	Peslmüller Schule, 81243 München, Peslmüllerstr. 6
<b>SCHER</b>	Grundschule, 81241 München, Schererplatz 3 oder 6
<b>SCHRO</b>	Grundschule an der Schrobenauser Str. 15, 80686 München
<b>SÜD</b>	Vereinshalle FTM Süd, 81369 München, Karwendelstr. 39
<b>TE</b>	Tennisanlage, 81375 München, Ludwig-Hunger Str. 11
<b>Schranne</b>	Schrannehalle am Viktualienmarkt, 80636 München, Blumenstr. 4

## Badminton

Mo	HE	18.30 - 20.30	Jugend
Mi	ERA	19.30 - 22.00	Mannschaften
Mi	ERA	19.30 - 22.00	Freies Spiel Erwachsene
Do	ERA	18.00 - 19.30	Jugend
Do	ERA	19.30 - 22.00	Mannschaften
Do	ERA	19.30 - 22.00	Freizeit II
Fr	HE	20.00 - 22.00	Freizeit I

## Trampolin

Mo	FVE	17.45 - 19.45	ab 6 Jahre und Leistungst.
Mi	FVE	17.45 - 20.15	ab 6 Jahre/ Leistungst./ Erwachsene
	BLU	17.30 - 19.30	ab 6 Jahren
	BLU	19.30 - 21.15	ab 12 Jahren
Do	BLU	18.15 - 20.15	ab 6 Jahren/ Leist./ Erwachsene

## Tischtennis

Mo	GRO	17.30 - 21.30	allg. Training/Punktspiele
Mi	GRO	17.30 - 21.30	allg. Training
Do	GRO	17.30 - 21.30	Jugendtraining/ Herrentraining/ Punktspiele
Fr	GRO	17.30 - 21.30	allg. Training/Punktspiele
Sa	GRO	10.00 - 13.00	Jugendtraining/ allg. Training/ Punktspiele

## Handball

Mo	FVE	18.00 - 19.30	männliche A Jugend (17 bis 18 J.)
	FVE	20.00 - 22.00	Herren 1 (ab 18 J.)
	FVE	21.00 - 22.30	Herren 2 (ab 18 J.)
	FVE	21.00 - 22.30	Herren 3 (ab 18 J.)
	ERA	20.00 - 22.00	Damen 1 (ab 18 J.)
	Di	HE	16.30 - 18.00
HE		16.30 - 18.00	gem. E Jugend (9 bis 10 J.)
LIN		17.00 - 18.30	gem. E Jugend (9 bis 10 J.)
LIN		18.30 - 20.00	männliche C Jugend (13 bis 14 J.)
LIN		18.30 - 20.00	männliche B Jugend (15 bis 16 J.)
LIN		20.00 - 21.30	Damen 3 (ab 18 J.)
Mi	LIN	20.30 - 22.00	Damen 2 (ab 18 J.)
	ERA	18.00 - 19.30	männliche D Jugend (11 bis 12 J.)
	FVE	18.00 - 19.30	weibliche D Jugend (11 bis 12 J.)
	FVE	20.00 - 21.30	männliche A Jugend (17 bis 18 J.)
	FVE	20.00 - 22.00	Herren 2 (ab 18 J.)
	FVE	20.00 - 22.00	Herren 3 (ab 18 J.)
Do	PE	20.00 - 22.00	Damen 1 (ab 18 J.)
	GUA	19.30 - 21.00	Fitnesstraining
	HE	17.00 - 18.30	männliche D Jugend (11 bis 12 J.)
	LIN	18.30 - 20.00	männliche C Jugend (13 bis 14 J.)
	LIN	18.30 - 20.00	männliche B Jugend (15 bis 16 J.)
	LIN	19.30 - 21.00	Damen 2 (ab 18 J.)
LIN	20.30 - 22.30	Herren 1 (ab 18 J.)	

## Gymnastik und Tanz

- für Damen und Herren			
FlowGym und Jazz Dance			
Di	BLU	19.30-20.30	FlowGym
Di	BLU	20.30 - 21.00	Jazz Dance
Bauch-Beine-Po			
Mo	BLU	19.30 - 20.30	mit Musik
Zumba			
Mo	GUA	18.30 - 19.30	Anfänger/ Fortgeschrittene
Di	GUA	19.30 - 20.30	Anfänger/ Fortgeschrittene
Funktionsgymnastik			
Di	GUA	19.00 - 20.00	mit Musik
Mi	BLU	20.00 - 21.00	mit Musik
Fitness/ Konditionstraining			
Di	BLU	20.00 - 21.15	mit Musik
Do	GUA	19.45 - 21.15	mit Musik
Wirbelsäulen-Gymnastik			
Di	BLU	19.00 - 20.00	Matte u. Handtuch
Fitness ab 50 – Senioren-Gymnastik			
Di	BLU	17.00 - 18.00	mit Musik
	BLU	18.00 - 19.00	mit Musik
Yoga			
Di	GUA	18.00 - 19.00	Matte/ Decke mitbringen
Pilates			
Di	GRO	17.00 - 18.00	Matte
Strech & Relax			
Di	GRO	18.00 - 19.00	Matte
After-Work-Fitness			
Mi	GUA	19.30 - 21.00	Matte
Strong by Zumba			
Do	GUA	18.45 - 19.45	
Nordic Walking (nur im Sommer)			
Mo	GUA	18.00 - 19.30	Stöcke mitbringen
Dance4Kids			
Mo	BLU	17.00 - 18.00	Dance Mini Kids (3 bis 7 J.)
	BLU	18.00 - 19.00	Dance Kids (ab 8-13 J.)
Di	GUA	17.00 - 18.00	Dance MiniKids (3 bis 5 J.)
	GUA	17.45 - 18.30	Dance MiniKids (5 bis 7 J.)
	GUA	18.30 - 19.30	Dance Kids (7 bis 10 J.)
	BLU	18.15 - 19.30	Dance Teens (12 bis 14 J.)
Do	BLU	18.15 - 19.15	Dance Kids (7 bis 10 J.)
	GUA	17.00 - 18.00	Dance Kids Hip Hop (5 bis 8 J.)
	GUA	18.00 - 18.45	Hip Hip Contemporary (10-13 J.)
Round-Dance			