

# Sportangebot/ Trainingsplan ab dem 24.09.2021



Montag	Zeit	Alsdorf		Zeit	KGS Bergrath - Hallenteil I (kein)		Zeit	Sporthalle - Städtisches Gymnasium	
	16:00 - 16:30				16:00 - 16:30			16:00 - 16:30	
16:30 - 17:00	Wettkampf Kür Übungsleiter/in: Melanie	Wettkampfturnen Übungsleiter/in: Christina, Stefan, Nicole, Susanne und Andre	16:30 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen (Gruppe 1) Übungsleiter/in: Liane	Kleinkinder- Turnen ab 4 J. Übungsleiter/in: Petra und Stefan	16:30 - 17:00			
17:00 - 17:30			17:00 - 17:30			17:00 - 17:30			
17:30 - 18:00			17:30 - 18:00			17:30 - 18:00			
18:00 - 18:30			18:00 - 18:30			18:00 - 18:30	Senioren Frauen-Gymnastik Übungsleiter/in: Liane	Funktionelle Gymnastik und Aerobic für Frauen Übungsleiter/in: Liane	
18:30 - 19:00			18:30 - 19:00			18:30 - 19:00	Gymnastik für Frauen Übungsleiter/in: Liane und Norbert		
19:00 - 19:30			19:00 - 19:30			19:00 - 19:30	Senioren Männer-Gymnastik Übungsleiter/in: Norbert		
19:30 - 20:00			19:30 - 20:00			19:30 - 20:00			
20:00 - 20:30			20:00 - 20:30			20:00 - 20:30			
20:30 - 21:00			20:30 - 21:00			20:30 - 21:00			
21:00 - 21:30			21:00 - 21:30			21:00 - 21:30			
21:30 - 22:00			21:30 - 22:00			21:30 - 22:00			

## Dienstag kein Sportangebot

Mittwoch	Zeit	Alsdorf		Zeit	KGS Bergrath - Hallenteil I (kein)		Zeit	Sporthalle - Städtisches Gymnasium	
	16:00 - 16:30				16:00 - 16:30			16:00 - 16:30	
16:30 - 17:00	Wettkampf Kür Übungsleiter/in: Melanie	Wettkampfturnen Übungsleiter/in: Christina, Stefan, Nicole, Susanne und Andre	16:30 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen (Gruppe 2) Übungsleiter/in: Liane	Jugendturnen auf breitensportlicher Basis Übungsleiter/in: Petra und Kimberley	16:30 - 17:00			
17:00 - 17:30			17:00 - 17:30			17:00 - 17:30			
17:30 - 18:00			17:30 - 18:00			17:30 - 18:00			
18:00 - 18:30			18:00 - 18:30			18:00 - 18:30			
18:30 - 19:00			18:30 - 19:00			18:30 - 19:00			
19:00 - 19:30			19:00 - 19:30			19:00 - 19:30			
19:30 - 20:00			19:30 - 20:00			19:30 - 20:00			
20:00 - 20:30			20:00 - 20:30			20:00 - 20:30			
20:30 - 21:00			20:30 - 21:00			20:30 - 21:00			
21:00 - 21:30			21:00 - 21:30			21:00 - 21:30			
21:30 - 22:00			21:30 - 22:00			21:30 - 22:00			

Donnerstag	Zeit	Alsdorf		Zeit	Sporthalle - Grundschule Kinzweiler		Zeit	Sporthalle - Städtisches Gymnasium	
	16:00 - 16:30				16:00 - 16:30			16:00 - 16:30	
16:30 - 17:00				16:30 - 17:00			16:30 - 17:00		
17:00 - 17:30				17:00 - 17:30			17:00 - 17:30		
17:30 - 18:00				17:30 - 18:00			17:30 - 18:00		
18:00 - 18:30				18:00 - 18:30			18:00 - 18:30		
18:30 - 19:00				18:30 - 19:00			18:30 - 19:00		
19:00 - 19:30				19:00 - 19:30			19:00 - 19:30		
19:30 - 20:00				19:30 - 20:00			19:30 - 20:00		
20:00 - 20:30				20:00 - 20:30			20:00 - 20:30		
20:30 - 21:00				20:30 - 21:00			20:30 - 21:00		
21:00 - 21:30				21:00 - 21:30			21:00 - 21:30		
21:30 - 22:00				21:30 - 22:00			21:30 - 22:00		

Freitag	Zeit	Alsdorf		Zeit	KGS Bergrath - Hallenteil I (kein)		Zeit	Sporthalle - Städtisches Gymnasium	
	16:00 - 16:30				16:00 - 16:30			16:00 - 16:30	
16:30 - 17:00				16:30 - 17:00			16:30 - 17:00		
17:00 - 17:30				17:00 - 17:30			17:00 - 17:30	Jazzdance/Hip-Hop für Mädchen ab 7J Übungsleiter/in: Nicole	
17:30 - 18:00				17:30 - 18:00			17:30 - 18:00	Jazzdance/Hip-Hop für Mädchen ab 16J Übungsleiter/in: Nicole	
18:00 - 18:30				18:00 - 18:30			18:00 - 18:30		
18:30 - 19:00				18:30 - 19:00			18:30 - 19:00		
19:00 - 19:30				19:00 - 19:30			19:00 - 19:30		
19:30 - 20:00				19:30 - 20:00			19:30 - 20:00		
20:00 - 20:30				20:00 - 20:30			20:00 - 20:30		
20:30 - 21:00				20:30 - 21:00			20:30 - 21:00		
21:00 - 21:30				21:00 - 21:30			21:00 - 21:30		
21:30 - 22:00				21:30 - 22:00			21:30 - 22:00		

Samstag	Zeit	Alsdorf		Zeit	KGS Bergrath - Hallenteil I (kein)		Zeit	Sporthalle - Städtisches Gymnasium	
	09:00 - 09:30				13:00 - 13:30			09:00 - 09:30	
09:30 - 10:00				13:30 - 14:00			09:30 - 10:00		
10:00 - 10:30				14:00 - 14:30			10:00 - 10:30		
10:30 - 11:00				14:30 - 15:00			10:30 - 11:00		
11:00 - 11:30				15:00 - 15:30			11:00 - 11:30		
11:30 - 12:00				15:30 - 16:00			11:30 - 12:00		
12:00 - 12:30				16:00 - 16:30			12:00 - 12:30		
12:30 - 13:00				16:30 - 17:00			12:30 - 13:00		

Legende: Kinder und Jugendliche Erwachsene