

Winterplan Erwachsene

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00					
08:30					
09:00			Nordic Walking für Senioren Hans-Bayer-Stadion - Haupteingang ab 50 Jahren Tobias Wallner		
09:30					
16:00					
16:30					
17:00			Kraftraumtraining Kraftraum Ballhaus Forum ab 14 Jahren Tobias Wallner		
17:30	Sportabzeichen Training Beach-Volleyball Platz ab 21 Jahren Henry Halbig	Lauftreff für Jedermann Sehbehinderten Zentrum Michael Leistner			
18:00					
18:30					
19:00			Nordic Walking Power am Abend Kreuzung Tennisgelände Hallenbad ab 20 Jahren Tobias Wallner	Sportabzeichen Training Ganghofer-Schule ab 21 Jahren Henry Halbig	
19:30					
20:00					

Kraftraumtraining	daniela.klimke@svlohof.de, 0176 81150306
Sportabzeichen Training	henry.halbig@svlohof.de, (089) 3211289
Nordic Walking Power am Abend	tobias.wallner@svlohof.de, 0151 14428611
Nordic Walking für Senioren	tobias.wallner@svlohof.de, 0151 14428611
Lauftreff für Jedermann	Michael Leistner 0176 20957394