



Stundenplan Erwachsenensport

Unser neuer Stundenplan ist da!!!

wir starten mit den Stunden im Erwachsenensport wieder ab dem **12.09.2023**. Wir freuen uns auf euch. Ab dem 09.10.23 statet wieder unsere Stunde Fit in den Morgen. Wir freuen uns auf euch!!!

Sportart:	Tag:	Sommerzeit:	Winterzeit:	Ort:
Fit in den Morgen	Montag	8:15 - 9:15	8:15 - 9:15	Turnhalle GS Irgertsheim,
Toning Workout - Kraft, Ausdauer, Faszien	Montag	19:30 - 20:30	19:30 - 20:30	Turnhalle GS Irgertsheim
Nordic Walking 1	Montag	18:00 - 19:00	14:30 - 15:30	Wasserwacht
Wirbelsäulengymnastik	Dienstag	19:00 - 20:00	19:00- 20:00	Turnhalle GS Irgertsheim
Step Workout	Mittwoch	18:30 - 19:30	18:30 - 19:30	Turnhalle GS Irgertsheim
Rückenfit	Mittwoch	19:30 - 20:30	19:30 - 20:30	Turnhalle GS Irgertsheim
Gymnastik/Volleyball Herren	Donnerstag		19:00 - 20:00	Turnhalle GS Irgertsheim
Nordic Walking 2	Freitag	18:00 - 19:00	14:30 - 15:30	Wasserwacht



Stundenplan Kindersport

Liebe SCI Kids und Eltern,

wir starten wieder mit dem Kinderturnen ab dem **18.09.2023**. Wir freuen uns auf euch.

Sportart:	Tag:	Sommerzeit:	Winterzeit:	Ort:
Kinderturen 3 - 5 Jahre	Montag	15:30 - 16:30	16:00 - 17:	Turnhalle GS Irgertsheim
Eltern-Kind Turnen 1 1/2 - 3 Jahre	Montag	16:30 - 17:30	17:00 - 18:00	Turnhalle GS Irgertsheim
Kinderturnen 3 - 5 Jahre	Dienstag	15:30 - 16:30	15:30 - 16:30	Turnhalle GS Irgertsheim
Kinderturnen VS Kinder - 2. Klasse	Dienstag	16:30 - 17:30	16:30 - 17:30	Turnhalle GS Irgertsheim
Young Fire	Freitag	16:00 - 18:00	16:00 - 18:00	Turnhalle GS Irgertsheim, bitte Anmelden
Young Fire	Samstag	9:30 - 12:30	9:30 - 12:30	Turnhalle GS Irgertsheim, bitte Anmelden
Mini Fire	Sonntag		14:00 - 16:00	Turnhalle GS Irgertsheim, bitte Anmelden

Weitere Infos findet Ihr unter www.sport-club-irgertsheim.de