



## Turnen

Kleinstkinderturnen			
Die	BLU	16.00 - 17.00	Eltern-Kind-Turnen
	BLU	17.00 - 18.15	4 bis 6 Jahre (Warteliste)
	GUA	16.45 - 17.45	5 bis 8 Jahre
Mi	SCHRO	17.00 - 18.00	3 bis 6 Jahre
	SCHRO	18.00 - 19.00	6 bis 10 Jahre
Do	BLU	17.00 - 18.15	Eltern-Kind-Turnen
Anfänger/ Fortgeschrittene/ Mannschaftsturnen			
Mo	BLU	17.00 - 18.30	7 bis 10 Jahre
	BLU	17.00 - 19.00	11 bis 16 Jahre
Mi	BLU	17.00 - 18.30	9 bis 16 Jahre
	BLU	17.00 - 20.00	Mixed ab 17 Jahre
Do	BLU	17.30 - 21.15	Mixed ab 17 Jahre

## Wandern

Abteilung aktuell ohne Leitung

## 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)

BLU	Blumenauer Schule, 80689 München, Blumenauerstr. 11
DRO	Grundschule, 80686 München, Droste-Hülshoff-Str. 9
ERA	Erasmus-Grasser-Gymnasium, 81377 München, Fürstenriederstr. 159
FVE	Fischer v. Erlach Halle, 80689 München, Fischer-von-Erlach Str. 6
GAI	Sporthalle, 81371 München, Gaißacher Str. 8
GRO	Großhadener Schule, 81375 München, Großhademerstr. 50
GUA	Guardini Schule, 81375 München, Guardinistr. 60
HE	Grundschule am Hedernfeld, 81375 München, Am Hedernfeld 42-44
LIN	Berufsfachschule für den EZH, 80377 München, Lindwurmstr. 90
SCHRO	Grundschule an der Schrobenshausener Str. 15, 80686 München
SÜD	Vereinshalle FTM Süd, 81369 München, Karwendelstr. 39
TE	Tennisanlage, 81375 München, Ludwig-Hunger Str. 11

## Badminton

Mo	HE	18.30 - 20.00	Jugend
	HE	20.00 - 22.30	Freizeit
Mi	ERA	20.00 - 23.00	Mannschaft
	ERA	20.00 - 23.00	Freies Spiel Erwachsene
Do	ERA	18.30 - 20.00	Jugend
	ERA	20.00 - 23.00	Mannschaft
	ERA	20.00 - 23.00	Freies Spiel Erwachsene
Fr	ERA	20.00 - 23.00	Freizeit

## Trampolin

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

## 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	20.00 - 22.00	Damen 1 (ab 18 J.)
	FVE	21.00 - 22.30	Herren 2 (ab 18 J.)
	FVE	21.00 - 22.30	Herren 3 (ab 18 J.)
Di	HE	17.00 - 18.30	Kinderhandball 3 (6 - 7 J.)
	LIN	17.00 - 18.30	Kinderhandball 1 (6 - 10 J.)
	LIN	18.30 - 20.00	weibliche D Jugend (11 bis 12 J.)
	LIN	20.00 - 22.00	Damen 3 (ab 18 J.)
	LIN	20.00 - 22.00	Damen 2 (ab 18 J.)
	SCHRO	17.00 - 18.30	männliche D Jugend (11 bis 12 J.)
	SCHRO	18.30 - 20.00	männliche B Jugend (15 bis 16 J.)
	SCHRO	18.30 - 20.00	männliche C Jugend (13 bis 14 J.)
	SCHRO	20.00 - 20.45	Torwarttraining Herren (ab 18 J.)
	Schro	20.00 - 22.00	Herren 1 (ab 18 J.)
Mi	FVE	20.00 - 22.00	Herren 2 (ab 18 J.)
	FVE	20.00 - 22.00	Herren 3 (ab 18 J.)
Do	LIN	17.00 - 18.30	männliche D Jugend (11 bis 12 J.)
	HE	17.00 - 18.30	Kinderhandball 2 (8 - 10 J.)
	LIN	18.30 - 20.00	männliche B Jugend (15 bis 16 J.)
	LIN	18:30 - 20:00	männliche C Jugend (13 bis 14 J.)
	LIN	20.00 - 20.45	Torwarttraining Damen (ab 18 J.)
	LIN	20.00 - 21.30	Damen 1 (ab 18 J.)
	LIN	20.00 - 21.30	Damen 2 (ab 18 J.)
	LIN	20.30 - 22.00	Herren 1 (ab 18 J.)
Fr	LIN	17.00 - 18.30	weibliche D Jugend (11 bis 12 J.)

## Gymnastik und Tanz

- für Damen und Herren

### Jazz Dance

Di BLU 19.30 - 21.00 Jazz Dance

### Bauch-Beine-Po

Mo BLU 19.30 - 20.30 mit Musik

### Zumba

Di GUA 19.30 - 20.30 Anfänger/ Fortgeschrittene

Mi BLU 20.00 - 21.00 Anfänger/ Fortgeschrittene

### Funktionsgymnastik

Di GUA 19.00 - 20.00 mit Musik

### Fitness/ Konditionstraining

Di BLU 20.00 - 21.30 mit Musik

Do GUA 19.45 - 21.15 mit Musik

### Wirbelsäulen-Gymnastik

Di BLU 19.00 - 20.00 Matte u. Handtuch

Do GUA 18.45 - 19.45 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

### Nordic Walking (nur im Sommer)

Mo GUA 18.00 - 19.30 Stöcke mitbringen

### Dance4Kids

Mo BLU 18.00 - 19.00 8 - 10 Jahre

Di GUA 17.45 - 18.30 Dance Kids (9 bis 13 J.)

BLU 18.15 - 19.30 Dance Teens (13 bis 19 J.)

Do BLU 18.15 - 19.15 7 - 10 Jahre

GUA 17.00 - 18.00 Dance Mini Kids (5 bis 8 J.)