



Turnen				
Mo	BLU	17.00 - 18.05	6 bis 10 Jahre / TeamGym	
	BLU	18.05 - 19.25	11 bis 18 Jahre / TeamGym	
Die	BLU	16.00 - 17.00	Eltern-Kind-Turnen 1 bis 3 Jahre	
	BLU	17.00 - 18.15	4 bis 6 Jahre (aktuell Warteliste)	
	GUA	17.00 - 18.00	4 bis 6 Jahre	
	GUA	17.00 - 18.00	6 bis 9 Jahre	
Mi	BLU	17.00 - 18.30	6 bis 18 Jahre / TeamGym Fortgeschr./Wettkampftraining	
	BLU	18.30 - 20.00	Mixed ab 19 Jahre / TeamGym	
	SCHRO	17.00 - 18.00	3 bis 6 Jahre	
	SCHRO	18.00 - 19.00	6 bis 10 Jahre	
Do	BLU	17.00 - 18.15	E-K-Tu 1-3 Jahre (Aufnahmestopp)	
	BLU	18.15 - 22.00	Mixed ab 19 Jahre / TeamGym	

Flag Football				
Mo	GUA	17.00 - 18.00	6 bis 10 Jahre	

Tennis				
	TE	Die Trainingszeiten - siehe Stecktafel		

Volleyball				
Di	GRO	19.00 - 21.30	Freizeitliga (3+3 mixed)	
	GUA	20.00-22.00	Freizeit	
Do	BLU	19.00 - 21.30	Freizeitliga (4+2 mixed)	

Hallengdaten und ihre Abkürzungen	
BLU	Blumenauer Schule, 80689 München, Blumenauerstr. 11
ERA	Erasmus-Grasser-Gymnasium, 81377 München, Fürstenriederstr. 159
FVE	Fischer v. Erlach Halle, 80689 München, Fischer-von-Erlach Str. 6
GRO	Großhadener Schule, 81375 München, Großhadernerstr. 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
RID	Mittelschule, 80339 München, Ridlerstr. 26
SCHRO	Grundschule an der Schrobenshausener Str. 15, 80686 München
TE	Tennisanlage, 81375 München, Ludwig-Hunger Str. 11

**Bitte beachten Sie!**  
In den Schulferien wird keine Sportstunde angeboten.

Badminton				
Mo	HE	18.30 - 20.00	Jugend	
	HE	20.00 - 23.00	Freizeit	
Mi	ERA	20.00 - 23.00	Mannschaft	
Do	ERA	18.30 - 20.00	Jugend	
	ERA	20.00 - 23.00	Mannschaft und Freizeit	

Trampolin				
Mo	BLU	17.30 - 19.30	nur Kinder und Jugendliche	
	1.3-30.11.	17.00 - 19.00	ab 6 Jahre und Leistungst. (Warteliste)	
Mi	BLU	17.30 - 19.30	ab 6 Jahren (Warteliste)	
	BLU	19.30 - 21.30	ab 12 Jahren (Warteliste)	
Do	BLU	18.15 - 20.15	ab 10 Jahren und Leistungst. (Warteliste)	

Tischtennis				
Mo	GRO	17.30 - 22.00	allg. Training/Punktspiele	
Mi	GRO	17.30 - 22.00	allg. Training	
Do	GRO	17.30 - 22.00	Jugendtraining/ Herrentaining/ Punktspiele	
Fr	GRO	17.30 - 22.00	allg. Training/Punktspiele	
Sa	GRO	10.00 - 13.00	Jugendtraining/ allg. Training/ Punktspiele	

Handball				
Mo	FVE	19.30 - 21.00	1. Frauen (ab 18 J.)Halle wg. Sanierung geschl.	
	FVE	21.00 - 22.30	2. Männer (ab 18 J.)Halle wg. Sanierung geschl.	
Di	HE	17.00 - 18.30	Kinderhandball (6 - 8 J.)	
	ERA	18.30 - 20.00	weibliche C Jugend (13-14 J.)	
	LIN	17.00 - 18.30	Kinderhandball (6-10 J.)	
	LIN	18.00 - 19.30	weibliche D 2 Jugend (11-12 J.)	
	LIN	18.00 - 19.30	weibliche D 1 Jugend (11-12 J.)	
	LIN	20.00 - 21.30	3. Frauen (ab 18 J.)	
	LIN	20.00 - 22.00	2. Frauen (ab 18 J.)	
	SCHRO	17.00 - 18.30	männliche D Jugend (11 bis 12 J.)	
Mi	SCHRO	18.00 - 19.30	männliche C Jugend (13 bis 14 J.)	
	SCHRO	18.30 - 20.00	männliche B Jugend (15 bis 16 J.)	
	SCHRO	20.00 - 22.00	1. Männer (ab 18 J.)	
	FVE	18.00 - 20.00	männliche C Jugend (13 bis 14 J.)Halle wg. Sanierung geschl.	
	FVE	18.00 - 20.00	männliche B Jugend (15 bis 16 J.)Halle wg. Sanierung geschl.	
Do	FVE	20.00 - 21.30	2. Frauen (ab 18 J.)Halle wg. Sanierung geschl.	
	FVE	20.00 - 22.00	2. Männer (ab 18 J.)Halle wg. Sanierung geschl.	
	FVE	20.00 - 22.00	3. Männer (ab 18 J.)Halle wg. Sanierung geschl.	
	RID	18.30 - 20.00	männliche D Jugend (11 bis 12 J.)	
	LIN	17.00 - 18.30	weibliche E / D 2 Jugend (10-12 J.)	
	LIN	17.45 - 19.15	weibliche D 1 Jugend (11-12 J.)	
	LIN	18.30 - 20.00	weibliche C Jugend (13-14 J.)	
Do	LIN	20.00 - 21.30	1. Frauen (ab 18 J.)	
	LIN	21.00 - 22.30	1. Männer (ab 18 J.)	

Gymnastik und Tanz				
- für Damen und Herren				
<b>After-Work-Fitness</b>				
Mi	BLU	20.00 - 21.00	Matte und Handtuch	
<b>Bauch-Beine-Po</b>				
Mo	BLU	19.30 - 20.30	Matte und Handtuch	
<b>Fitness ab 50 – Senioren-Gymnastik</b>				
Di	BLU	17.00 - 18.00	mit Musik	
	BLU	18.00 - 19.00	mit Musik	
<b>Fitness/ Konditionstraining</b>				
Di	BLU	20.15 - 21.30	Matte und Handtuch	
Do	GUA	20.00 - 21.30	Matte und Handtuch	
<b>Funktionsgymnastik</b>				
Di	GUA	19.00 - 20.00	Matte und Handtuch	
<b>Jazz Dance</b>				
Di	BLU	19.00 - 20.30	ab 17 Jahre	
<b>Krafttraining</b>				
Mo	BLU	20.30 - 21.30	Matte und Handtuch	
<b>Nordic Walking (nur im Sommer)</b>				
Mo	GUA	18.00 - 19.30	Stöcke mitbringen	
<b>Pilates</b>				
Di	GRO	17.00 - 18.00	Matte und Handtuch	
<b>Strech &amp; Relax</b>				
Di	GRO	18.00 - 19.00	Matte und Handtuch	
<b>Wirbelsäulen-Gymnastik</b>				
Di	BLU	19.15 - 20.15	Matte und Handtuch	
Do	GUA	19.00 - 20.00	Matte und Handtuch	
<b>Yoga</b>				
Di	GUA	18.00 - 19.00	Matte und Handtuch	
<b>Zumba</b>				
Mo	BLU	19.30 - 20.30	Anfänger/ Fortgeschrittene	

Tanz für Kinder und Jugendliche				
<b>Dance4Kids (gehört zur Gymnastikabteilung)</b>				
Mo	GUA	17.00 - 18.00	4 bis 6 Jahre	
	GUA	18.00 - 19.00	6 bis 9 Jahre	
Di	BLU	16.00 - 17.00	3 bis 5 Jahre	
	GUA	18.00 - 19.00	10 bis 13 Jahre	
	BLU	18.15 - 19.15	13 bis 17 Jahre	