



| 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 | E-K-Tu 1 bis 3 Jahre (Aufnahmestopp)                      |  |
|        | BLU   | 17.00 - 18.15 | 4 bis 6 Jahre (aktuell Warteliste)                        |  |
|        | GUA   | 16.00 - 17.00 | 4 bis 6 Jahre                                             |  |
|        | 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<br>Fortgeschr./Wettkampftraining |  |
|        | BLU   | 18.30 - 20.00 | Mixed ab 17 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 17 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) |  |

| 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 J. und Leistungst. (Warteliste)   |  |

| 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, Guardinstr. 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 Schrobenauser Str. 15, 80686 München           |
| TE                                | Tennisanlage, 81375 München, Ludwig-Hunger Str. 11                |
| AUA                               | Grundschule an der Aubinger Allee 152, 81248 München              |
| MEI                               | Halle an der Meindlstr. 8, 81373 München                          |
| PES                               | Mittelschule an der Peslmüller Str. 6-8, 81243 München            |

| 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 |  |

| 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/ Herrentraining/ Punktspiele |  |
| Fr          | GRO | 17.30 - 22.00 | allg. Training/Punktspiele                  |  |
| Sa          | GRO | 10.00 - 13.00 | Jugendtraining/ allg. Training/ Punktspiele |  |

| Handball |       |               |                                     |  |
|----------|-------|---------------|-------------------------------------|--|
| Mo       | RID   | 17.00 - 18.30 | gemischte E Jugend (Jg. 2015/16)    |  |
| Di       | SCHRO | 17.00 - 18.30 | männliche D Jugend (Jg. 2013/14)    |  |
|          | SCHRO | 17.00 - 18.30 | männliche C Jugend (Jg 2012/13)     |  |
|          | LIN   | 17.00 - 18.30 | weibliche D Jugend 1 (Jg 2013/14)   |  |
|          | LIN   | 17.00 - 18.30 | weibliche D Jugend 2 (Jg. 2013/14)  |  |
|          | HE    | 17.00 - 18.30 | Minis (Jg. 2017 und jünger)         |  |
|          | SCHRO | 18.30 - 20.00 | männliche A Jugend (Jg. 2007/08/09) |  |
|          | SCHRO | 18.30 - 20.00 | männliche B Jugend (Jg. 2010/11)    |  |
|          | LIN   | 18.30 - 20.00 | weibliche B Jugend (Jg. 2010/11)    |  |
|          | LIN   | 18.30 - 20.00 | weibliche C Jugend (Jg. 2012/13)    |  |
|          | ERA   | 18.30 - 20.00 | Damen 3 (ab 18 J.)                  |  |
|          | SCHRO | 20.00 - 22.00 | Herren 1 (ab 18 J.)                 |  |
|          | SCHRO | 20.00 - 22.00 | Herren 2 (ab 18 J.)                 |  |
| Mi       | LIN   | 20.00 - 22.00 | Damen 1 (ab 18 J.)                  |  |
|          | LIN   | 20.00 - 22.00 | Damen 2 (ab 18 J.)                  |  |
|          | MEI   | 17.00 - 18.00 | Minis (Jg. 2017 und jünger)         |  |
|          | ERA   | 18.15 - 20.00 | männliche A Jugend (Jg. 2007/08/09) |  |
|          | ERA   | 18.15 - 20.00 | männliche B Jugend (Jg. 2010/11)    |  |
| Do       | LIN   | 17.00 - 18.30 | weibliche D Jugend 1 (Jg. 2013/14)  |  |
|          | LIN   | 17.00 - 18.30 | weibliche D Jugend 2 (Jg. 2013/14)  |  |
|          | LIN   | 17.00 - 18.30 | weibliche E Jugend (8-10 J.)        |  |
|          | HE    | 17.00 - 18.30 | gemischte E Jugend (Jg. 2015/16)    |  |
|          | RID   | 18.00 - 19.30 | männliche C Jugend (Jg 2012/13)     |  |
|          | LIN   | 18.30 - 20.00 | weibliche B Jugend (Jg. 2010/11)    |  |
|          | LIN   | 18.30 - 20.00 | weibliche C Jugend (Jg. 2012/13)    |  |
|          | LIN   | 20.00 - 21.30 | Damen 1 (ab 18 J.)                  |  |
|          | AUA   | 20.00 - 21.30 | Damen 2 (ab 18 J.)                  |  |
|          | LIN   | 21.00 - 22.30 | Herren 1 (ab 18 J.)                 |  |
| Fr       | PES   | 20.00 - 22.00 | Herren 2 (ab 18 J.)                 |  |
|          | PES   | 20.00 - 22.00 | Herren 3 (ab 18 J.)                 |  |

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

| Gymnastik und Tanz                 |     |               |                            |  |
|------------------------------------|-----|---------------|----------------------------|--|
| - für Damen und Herren             |     |               |                            |  |
| After-Work-Fitness                 |     |               |                            |  |
| Mi                                 | BLU | 20.00 - 21.00 | Matte und Handtuch         |  |
| Bauch-Beine-Po                     |     |               |                            |  |
| Mo                                 | BLU | 19.30 - 20.30 | Matte und Handtuch         |  |
| Fitness ab 50 – Senioren-Gymnastik |     |               |                            |  |
| Di                                 | BLU | 17.00 - 18.00 | mit Musik                  |  |
|                                    | BLU | 18.00 - 19.00 | mit Musik                  |  |
| Fitness/ Konditionstraining        |     |               |                            |  |
| Di                                 | BLU | 20.15 - 21.30 | Matte und Handtuch         |  |
| Do                                 | GUA | 20.00 - 21.30 | Matte und Handtuch         |  |
| Funktionsgymnastik                 |     |               |                            |  |
| Di                                 | GUA | 18.00 - 19.00 | Matte                      |  |
| Jazz Dance                         |     |               |                            |  |
| Di                                 | BLU | 19.00 - 20.30 | ab 17 Jahre                |  |
| Krafttraining                      |     |               |                            |  |
| Mo                                 | BLU | 20.30 - 21.30 | Matte und Handtuch         |  |
| Pilates                            |     |               |                            |  |
| Di                                 | GRO | 17.00 - 18.00 | Matte und Handtuch         |  |
| Strech & Relax                     |     |               |                            |  |
| Di                                 | GRO | 18.00 - 19.00 | Matte und Handtuch         |  |
| Wirbelsäulen-Gymnastik             |     |               |                            |  |
| Di                                 | BLU | 19.15 - 20.15 | Matte und Handtuch         |  |
| Do                                 | GUA | 19.00 - 20.00 | Matte und Handtuch         |  |
| Zumba                              |     |               |                            |  |
| 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 | 5 bis 7 Jahre                       |  |
|                                                   | GUA | 18.00 - 19.00 | 7 bis 10 Jahre                      |  |
| Di                                                | BLU | 16.00 - 17.00 | 3 bis 5 Jahre                       |  |
|                                                   | GUA | 18.00 - 19.00 | 11-15 J. findet aktuell nicht statt |  |
|                                                   | BLU | 18.15 - 19.15 | 8-12 J. Zumba-Kids                  |  |