

# Belegungsplan

Vereinshalle Hasenbuck, Ingolstädter Str. 255

Änderungen vorbehalten (Stand 30.04.2024)



**Post SV Nürnberg**  
Mehr Sport geht nicht.

| Montag   | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag  | Freitag  | Samstag                                   |
|--|---|---|---|--|---|
|  |   | 08.30 - 9.15<br>Sommer-Power<br>Klaus                   |   |  |   |
| 09.00 - 10.00<br>WSG<br>Lilija                     | 08.45 - 9.30<br>Fitness Gymnastik (50+)<br>Rosi   | 09.30 - 10.15<br>WSG<br>Klaus                           | 09.30 - 10.15<br>Turnzwerge (1-3 J.)<br>Markus  | 09.45 - 10.30<br>Stuhl Gymnastik<br>Tamara     |   |
| 10.00 - 10.45<br>BBP<br>Lilija                     | 09.45 - 10.30<br>Aktiv & Vital<br>Rosi  | 10.30 - 11.15<br>Body Workout<br>Klaus                  |   |  | 10.30 - 12.15<br>Kendo<br>Kinder & Jugend |
| 11.15 - 13.15<br>Tischtennis<br>Senioren           | 10.45 - 11.30<br>Stuhl Gymnastik<br>Rosi  | 11.30 - 12.15<br>WSG<br>Klaus                           |   |  |   |
|  |   | 13.00 - 15.15<br>Tischtennis<br>Senioren                |   | 13.15 - 14.00<br>WSG am Stuhl<br>Klaus         |   |
| 13.30 - 14.15<br>Fitness Gymnastik (50+)<br>Linda  |   |   |   | 14.15 - 15.00<br>Hallenboccia<br>Klaus         |   |
| 14.30 - 15.15<br>Stuhl Gymnastik<br>Linda          | 14.45 - 15.45<br>Hallenboccia<br>Klaus  |   | 15.30 - 16.15<br>Judo<br>Vorschulalter (4-6 J.)   | 15.15 - 16.00<br>WSG<br>Klaus                  |   |
| 15.30 - 16.15<br>Turnzwerge (1-3 J.)<br>Christina  | 16.00 - 16.45<br>WSG<br>Klaus   | 16.00 - 16.45<br>Eltern-Kind-Turnen (3-6 J.)<br>Berkant | 16.15 - 17.00<br>Judo<br>Vorschulalter (4-6 J.)   | 16.30 - 17.15<br>ZUMBA Kids (6-10 J.)<br>Irina |   |
| 16.15 - 17.00<br>Kinder-Yoga (4-8 J.)<br>Christina | 17.00 - 18.30<br>Judo<br>Fortgeschrittene<br>Schüler/innen                              | 16.45 - 17.30<br>Kinderturnen (6-10 J.)<br>Berkant      | 17.00 - 18.30<br>Judo<br>Anfänger & Fortgeschrittene<br>Schüler/innen                   | 17.30 - 18.30<br>TaeBo<br>Thom                 |   |
| 17.30 - 19.15<br>Judo<br>Anfänger<br>Schüler/innen | 18.30 - 20.00<br>Judo<br>Anfänger & Fortgeschrittene<br>Schüler/innen                   | 19.15 - 20.30<br>HIIT Workout<br>Linda                  | 18.30 - 20.00<br>Judo<br>Anfänger & Fortgeschrittene<br>Schüler/innen                   |  |   |
| 19.30 - 21.00<br>Body Workout<br>Hubert            | 20.00 - 21.30<br>Judo<br>Breitensport- und<br>Wettkampftraining<br>Schüler/innen & Erw. |   | 20.00 - 21.30<br>Judo<br>Breitensport- und<br>Wettkampftraining<br>Schüler/innen & Erw. | 20.00 - 22.00<br>Kendo                         |   |