

Belegungsplan

Vereinshalle Landgrabenstraße , Landgrabenstr. 79

Änderungen vorbehalten (Stand 26.11.2024)



Post SV Nürnberg
Mehr Sport geht nicht.

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08.00 - 08.15						
08.15 - 08.30						
08.30 - 08.45						
08.45 - 09.00						
09.00 - 09.15			09.00 - 09.45	09.00 - 09.45	09.00 - 09.45	
09.15 - 09.30			BBP Yuriy	BBP Lilija	Body Workout Yuriy	
09.30 - 09.45			09.45 - 10.30	09.45 - 10.30	09.45 - 10.30	
09.45 - 10.00			WSG Yuriy	WSG Lilija	WSG Yuriy	
10.00 - 10.15				10.30 - 11.15		
10.15 - 10.30				Osteoporose aktiv Lilija		
10.30 - 10.45						
10.45 - 11.00						
11.00 - 11.15						
11.15 - 11.30						
11.30 - 11.45						11.30 - 13.30
11.45 - 12.00						Armwrestling
12.00 - 12.15						Anfänger /
12.15 - 12.30						Probetraining für Interessierte u.
12.30 - 12.45						Fortgeschrittene
12.45 - 13.00						Valentin Eichwald
13.00 - 13.15						
13.15 - 13.30						
13.30 - 13.45						
13.45 - 14.00						
14.00 - 14.15						
14.15 - 14.30						
14.30 - 14.45						
14.45 - 15.00						
15.00 - 15.15						
15.15 - 15.30						
15.30 - 15.45						
15.45 - 16.00						
16.00 - 16.15					16.00 - 17.30	
16.15 - 16.30					Armwrestling	
16.30 - 16.45					Fortgeschrittene	
16.45 - 17.00					Valentin Eichwald	
17.00 - 17.15						
17.15 - 17.30						
17.30 - 17.45	17.30 - 18.15		17.30 - 18.30	17.30 - 18.30	17.30 - 18.30	
17.45 - 18.00	Step Aerobic Claudia L.	17.45 - 18.45	BBP Johanna S.	Callanetics Petra B.	Zumba® Alexander	
18.00 - 18.15	18.15 - 19.00	Jumping Fitness Bianca B.				
18.15 - 18.30	BBP	(K) NEU ab Januar 2025				
18.30 - 18.45	Claudia L.		18.30 - 22.00	18.45 - 19.45	18.45 - 19.45	
18.45 - 19.00			Armwrestling	Pilates Johanna S.	Orientalischer Tanz	
19.00 - 19.15		19.00 - 22.00	Fortgeschrittene		Anfänger	
19.15 - 19.30		Gesellschaftstanz Alex Wenisch	Horst Walter		Ursel L.	
19.30 - 19.45						
19.45 - 20.00						
20.00 - 20.15					20.00 - 21.00	
20.15 - 20.30					Orientalischer Tanz	
20.30 - 20.45					Mittelstufe/ Fortgeschrittene	
20.45 - 21.00						
21.00 - 21.15						
21.15 - 21.30						
21.30 - 21.45						
21.45 - 22.00						

Für die Sportstunden Fit und Gesund ist eine wöchentliche Voranmeldung zwingend erforderlich unter www.post-sv.de / 0911- 95 45 95 60

Für die mit (K) gekennzeichneten Kurse ist eine Anmeldung online unter www.post-sv.de/Kurs buchen oder über Kursanmeldeformular erforderlich. Für Kurse wird eine separate Kursgebühr erhoben.