

Winterplan Erwachsene

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00					
08:30					
09:00			Nordic Walking für Senioren Hans-Bayer-Stadion - Haupteingang ab 50 Jahren Tobias Wallner		
09:30					
16:00					
16:30		Kraftraumtraining Kraftraum Ballhaus Forum ab 14 Jahren Tobias Wallner			
17:00					
17:30	Sportabzeichen Training Beach-Volleyball Platz ab 21 Jahren Henry Halbig				
18:00			Lauftraining für Profis Hans-Bayer-Stadion ab 20 Jahren N.N.		
18:30				Sportabzeichen Training Ganghofer-Schule ab 21 Jahren Henry Halbig	
19:00			Nordic Walking Power am Abend Kreuzung Tennisgelände Hallenbad ab 20 Jahren Tobias Wallner		
19:30					
20:00					

Kraftraumtraining	daniela.klimke@svlohof.de, 0176 81150306
Sportabzeichen Training	henry.halbig@svlohof.de, (089) 3211289
Nordic Walking Power am Abend	tobias.wallner@svlohof.de, 0151 14428611
Nordic Walking für Senioren	tobias.wallner@svlohof.de, 0151 14428611
Lauftraining für Profis	
Lauftreff für Jedermann	Michael Leistner 0176 20957394

Lauftreff für Jedermann
Montag, Dienstag oder Mittwoch
(je nach Dienstplan)
Ankündigung über WhatsApp
Gruppe