

Wintertraining der SZW 2023/24

Ggf. kann es zu Änderungen kommen. Diese werden über den Newsletter bekannt gegeben.

Montag	Gesundheits- & Fitnesssport Regina Stratmann-Albert 18:30 Uhr – 20:00 Uhr Treffpunkt: Turnhalle am Mosbacher Berg	Fit For Ski – Funktionelle Skigymnastik auf Musik Online über Zoom Start 19:00 Uhr – 20:30 Uhr Treffpunkt: Online über Zoom Termine: Wer in die Whatsapp-Gruppe aufgenommen werden möchte, kontaktiert bitte Susanne Franke unter folgender Mailadresse: info@susannefranke.de	Feierabend Fußball für alle mit Spaß am Ball 20:00 Uhr – 21:30 Uhr Benno von Kutzschenbach Treffpunkt: Turnhalle Friedrich-von-Schiller-Schule, Lorcher Straße
Dienstag			
Mittwoch	Bein- und Rückengymnastik Horst Engling 19:00 Uhr – 20:30 Uhr Treffpunkt: Turnhalle am Mosbacher Berg	Volleyball Ellen Weyer 20:00 Uhr – 22:00 Uhr Treffpunkt: Ludwig-Beck-Schule Gräselberg	
Donnerstag	Tabata Workout Caroline Stadtfeld & Nadine Riedel 20:00 Uhr – 21:30 Uhr Treffpunkt: Turnhalle am Mosbacher Berg Termine: 5.10.2023 12.10.2023 19.10.2023 2.11.2023 9.11.2023 16.11.2023 22.2.2024 29.2.2024 7.3.2024 14.3.2024 21.3.2024	Yoga Kirsten Erdmann 20:00 Uhr – 21:30 Uhr Treffpunkt: Turnhalle am Mosbacher Berg Termine: 23.11.2023 30.11.2023 7.12.2023 14.12.2023 21.12.2023 18.1.2024 25.1.2024 1.2.2024 8.2.2024 15.2.2024 Nur mit Anmeldung bis 3.11.2023 über Yolawo möglich, begrenzte TN-Zahl, eigenständige Zuzahlung abhängig der TN Zahl (max. 50 €).	
Freitag	Fitnessgymnastik Ulli Schellberg 20:00 Uhr – 21:30 Uhr Treffpunkt: Turnhalle am Mosbacher Berg oder Online Starttermin: Wer am Training teilnehmen möchte, setzte sich bitte mit Ulli in Verbindung. Sie teilt euch mit, wann und wo das Training stattfindet. Handynummer: 0174/6314406		
Samstag	Nordic Walking Horst Engling 14:00 Uhr – 15:30 Uhr Treffpunkt: Forsthaus Langendellschlag in Dotzheim		