

**Unser Sportangebot in der Fritz-Beltz-Halle ab 01.01.2024 auf einen Blick.  
Wir hoffen, dass für Sie ein Sportangebot dabei ist.**

<b>Tag</b>	<b>Uhrzeit</b>	<b>Sportangebot</b>	<b>Teilnehmer</b>	<b>Übungsleiter</b>	<b>Telefon</b>
<b>Montag</b>	<b>09:00 – 10:00</b>	<b>Beweglich und Fit im Alter, Ganzkörpertraining für Seniorinnen</b>	<b>Damen ab 60 Jahre</b>	<b>Ursel Geldner Gabriele Spielmann</b>	<b>06175 - 940154</b>
	<b>10:00 – 11:00</b>	<b>Beweglich und Fit im Alter, Ganzkörpertraining für Seniorinnen</b>	<b>Damen ab 60 Jahre</b>	<b>Ursel Geldner Gabriele Spielmann</b>	<b>06175 - 940154</b>
	<b>16:00 – 17:00</b>	<b>Kurse Krankenkasse Termine bitte anfragen</b>	<b>Damen und Herren</b>	<b>Beate Lenhart</b>	<b>06175 - 3464</b>
	<b>17:15 – 18:15</b>	<b>Faszien Beweglichkeit / Rückentraining</b>	<b>Damen und Herren</b>	<b>Beate Lenhart</b>	<b>06175 - 3464</b>
	<b>18:30 – 19:30</b>	<b>Step-Aerobic</b>	<b>Anfänger + Fortgeschrittene</b>	<b>Beate Lenhart</b>	<b>06175- 3464</b>
	<b>19:40 – 20.45</b>	<b>Aktive - Fitness</b>	<b>Damen</b>	<b>Beate Lenhart</b>	<b>06175- 3464</b>
<b>Dienstag</b>	<b>09:30 – 11:00</b>	<b>Eltern-Kind-Turnen</b>	<b>Eltern mit Kleinkindern</b>	<b>Anna Tauss</b>	<b>0177 - 6316193</b>
	<b>09:30 – 11:00</b>	<b>Nordic-Walking Start: Fritz-Beltz-Halle</b>	<b>Damen und Herren</b>	<b>Heidi Schlepper</b>	<b>06175 - 7496</b>
	<b>16:00 – 17:00</b>	<b>Kleinkinderturnen</b>	<b>Kinder ca. 3-5 Jahre</b>	<b>Beate Lenhart</b>	<b>06175 - 3464</b>
	<b>17:15 – 18:15</b>	<b>Kinderturnen</b>	<b>Kinder ca. 5 -7 Jahre</b>	<b>Timo Bennerscheid</b>	
	<b>18:30 – 19:45</b>	<b>Basketball</b>	<b>Kinder und Jugendliche</b>	<b>Alexander Tauss</b>	<b>0178-3318799</b>
	<b>20:00 – 21:30</b>	<b>Basketball (Freizeitgruppe)</b>	<b>Erwachsene</b>	<b>Alexander Tauss</b>	<b>0178-3318799</b>
<b>Mittwoch</b>	<b>09:20 – 10:20</b>	<b>Prävention Bewegung und Haltung</b>	<b>Damen ab 65 Jahre</b>	<b>Beate Lenhart</b>	<b>06175 - 3464</b>
	<b>10:00 – 11:00</b>	<b>Alltag in Bewegung / Outdoor-Kurs Start: Fritz-Beltz-Halle</b>	<b>Ab 60 Jahre</b>	<b>Heidi Schlepper</b>	<b>06175 – 7496 0163 - 7496 777</b>
	<b>10:30 – 11:30</b>	<b>Aktive Fitness</b>	<b>Damen</b>	<b>Beate Lenhart</b>	<b>06175 - 3464</b>
	<b>16:15 – 17:15</b>	<b>Power Moves Kids</b>	<b>Kinder ca. 7- 12 Jahre</b>	<b>Beate Lenhart</b>	<b>06175 - 3464</b>

<b>Mittwoch</b>	<b>17:30 – 18:30</b>	<b>Einrad / Mannschaftsspiele</b>	<b>ab 7 Jahre und Jugendliche</b>	<b>Beate Lenhart Garwin Waldmann Till Schneider</b>	<b>06175 - 3464</b>
	<b>18:45 – 20:00</b>	<b>Prävention Ganzkörpertraining</b>	<b>Damen</b>	<b>Beate Lenhart</b>	<b>06175 - 3464</b>
	<b>20:15 – 21:30</b>	<b>Fit mit HIIT</b>	<b>Jugendliche + Erwachsene</b>	<b>Dominic Nepper</b>	<b>0157-51058230</b>
<b>Donnerstag</b>	<b>08:00 – 15:00</b>	<i>Hallenreinigung</i>			
	<b>15:15 – 16.30</b>	<b>Eltern-Kind-Turnen (Gruppe 1)</b>	<b>Kinder von 1-3 Jahren + Geschwister</b>	<b>Anna Tauss</b>	<b>0177-6316193</b>
	<b>16:45 – 18:00</b>	<b>Eltern-Kind-Turnen (Gruppe 2)</b>	<b>Kinder von 1-3 Jahren + Geschwister</b>	<b>Anna Tauss</b>	<b>0177-6316193</b>
	<b>18:45 – 19:45</b>	<b>Penalty Box</b>	<b>Kursangebot</b>	<b>Anna Tauss</b>	<b>0177-6316193</b>
	<b>20:00 – 22:00</b>	<b>Volleyball</b>	<b>Männergruppe</b>	<b>Peter Werner</b>	<b>06175 - 7556</b>
<b>Freitag</b>	<b>09:30 – 10:30</b>	<b>Sturzprävention Balance und Kraft</b>	<b>Damen ab 65 Jahre</b>	<b>Beate Lenhart</b>	<b>06175 - 3464</b>
	<b>10:45 – 11:45</b>	<b>Mama HIIT Training</b>	<b>Mütter mit Kleinkindern</b>	<b>Anna Tauss</b>	<b>0177-6316193</b>
	<b>15:30 – 16:30</b>	<b>Kleinkinderturnen</b>	<b>Kinder ca. 2½ - 5 Jahre</b>	<b>Beate Lenhart</b>	<b>06175 - 3464</b>
	<b>16:45 – 17:45</b>	<b>Kinderturnen</b>	<b>Kinder ca. 5 - 7½ Jahre</b>	<b>Beate Lenhart</b>	<b>06175 - 3464</b>
	<b>18:00 – 19:00</b>	<b>Spiel und Spaß für Kinder</b>	<b>Kinder 7-10 Jahre</b>	<b>Dominic Nätscher und Silke Kissel</b>	<b>0160-90919307</b>
	<b>19:15 – 20:30</b>	<b>Jumping Fitness / Workout</b>	<b>Damen und Herren</b>	<b>Beate Lenhart</b>	<b>06175 - 3464</b>
	<b>20:15 – 22:00</b>	<b>Tischtennisttraining (Nur nach Absprache)</b>	<b>Damen und Herren</b>	<b>H. L. Winter</b>	<b>06175 - 503</b>
<b>Samstag</b>	<b>10:00 – 11:30</b>	<b>Mobility Kurs</b>	<b>Damen und Herren</b>	<b>Anna Tauss</b>	<b>0177-6316193</b>
	<b>14:00 – 18:00</b>	<b>Tischtennisttraining (Nur nach Absprache)</b>	<b>Damen und Herren</b>	<b>H. L. Winter</b>	<b>06175 - 503</b>