



TG Groß-Karben: Unsere Angebote auf einen Blick

Ein Klick auf die Sportart oder die Sportstätten liefert Ihnen alle weiteren Informationen | Stand: 23.09.2020

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	
08.45 – 09.45	Gymnastik bei Asthma etc. Erwachsene	08.30 – 09.45	Yoga Erwachsene	07.30 – 08.15	Reha-Sport: Wassergymnastik	07.30 – 08.15	Reha-Sport: Wassergymnastik	07.30 – 08.15	Reha-Sport: Wassergymnastik
08.30 – 09.30 09.30 – 10.30	Gymnastik bei Arthrose und Osteoporose – Erwachsene	08.45 – 09.45	Reha-Sport bei Atemwegserkrankungen	08.15 – 09.30	Herzsport Übungsgruppe Erwachsene	08.45 – 09.45	Gymnastik bei Arthrose und Osteoporose – Erwachsene	08.50 – 09.50	Reha-Sport bei Atemwegserkrankungen
09.00	Walkingtreff Erwachsene	09.50 – 10.50	Reha-Sport bei Gefäßerkrankungen	09.30 – 10.30	Reha-Sport bei Diagnose Krebs ...	09.50 – 10.50	Wirbelsäulengymnastik rehabilitativ Erwachsene	09.00 – 10.30	Nordic-Walking Erwachsene
09.50 – 10.50	Sport Stacking für Senioren	10.00 – 11.00	Eltern-Kind-Turnen Kinder 1 – 3 Jahre	09.15 – 10.15 10.30 – 11.30	Denkspaß trifft ... (Sitzungsraum)	10.00 – 11.00	ZUMBA®-Fitness	10.00 – 12.00	QiGong und TaiJiQuan Erwachsene
10.30 – 11.30	Wirbelsäulengymnastik rehabilitativ Erwachsene	11.00 – 12.00	Reha-Sport bei neuro- logischen Erkrankungen	10.30 – 11.30	Reha-Sport bei neuro- logischen Erkrankungen	10.00 – 13.00	QiGong und TaiJiQuan Erwachsene	10.00 – 11.00	Reha-Sport bei Atemwegserkrankungen
								14.30 – 19.00	Wettkampfturnen Mädchen
16.00 – 17.00	Kletteraffen (Kinderturnen) 5,5 – 7,0 Jahre	16.00 – 17.00	Eltern-Kind-Turnen Kinder 1 – 3 Jahre	14.45 – 20.00	Wettkampfturnen Mädchen			15.45 – 18.00	Turnaffchen
16.00 – 17.30	Badminton Schüler/Schülerinnen					16.00 – 17.30	Leichtathletik U10 + Minis 6–9-Jährige	15.45 – 18.00	Wettkampfturnen Mädchen
17.00 – 18.15	Yoga Erwachsene							16.00 – 18.00	Ringtennis Schüler/Jugend
17.00 – 20.15	Leichtathletik Schüler/Schü- lerinnen U16 + U18 + U20	17.30 – 18.45	Herzsport Übungsgruppe Erwachsene	17.00 – 18.30	Sportabzeichen alle Alters- klassen ab Mai 2020			16.30 – 18.30	Volleyball Jugend (gemischt)
17.15 – 19.30/19.00	Ringtennis alle Altersgruppen			17.15 – 18.45	Leichtathletik Schüler/Schü- lerinnen U12 bis U18	17.45 – 18.45	Wirbelsäulengymnastik rehabilitativ Erwachsene		
17.30 – 18.30	Rücken-Fit Erwachsene	18.00 – 20.00	Volleyball Jugend (weiblich)	17.30 – 18.45	Volleyball Jugend (männlich)				
17.30 – 19.30	Badminton Jugendliche	18.00	Lauftreff Ambitionierte Läufer/Läuferinnen (> 11 km)			18.00	Lauftreff Ambitionierte Läufer/Läuferinnen (> 11 km)	18.00 – 19.45	Leichtathletik Schüler/Schü- lerinnen U12 bis U18
		18.00	Lauftreff Einsteiger			18.00	Lauftreff Einsteiger	18.30 – 20.00	Volleyball Mixed-Gruppe
		18.15 – 20.15	Volleyball Damen 1			18.00 – 20.00	Volleyball Damen 1		
18.30 – 19.45	Yoga Erwachsene	18.30 – 20.00	Autogenes Training (auf Anfrage)			18.00 – 19.15	Yoga Erwachsene		
18.30 – 19.30	Callanetics Erwachsene	18.45 – 20.00	Herzsport Trainingsgruppe Erwachsene	19.00 – 20.30	Progressive Muskelrelaxation	19.30 – 20.45	Yoga Erwachsene	19.15 – 20.15	Fit ins Wochenende Erwachsene
19.00 – 20.00	ZUMBA®-Fitness (auf Anfrage)	19.00 – 19.45 19.45 – 20.30 20.30 – 21.15	Reha-Sport: Wassergymnastik	19.00 – 20.00	ZUMBA® -Fitness	19.00 – 20.00	Kickbox-Aerobic Jugendliche/Erwachsene	19.15 – 20.45	Autogenes Training (auf Anfrage)
19.30 – 20.30	Fit in die Woche Erwachsene	20.00 – 22.00	QiGong und TaiJiQuan Erwachsene	20.00 – 21.00	Wirbelsäulengymnastik präventiv Erwachsene	20.00 – 21.00	Präventive Gymnastik und mehr Frauen		
20.00 – 22.00	Faustball Herren	20.00	Outdoor Fitness (Schulhof)						
20.00 – 21.15	Yoga Erwachsene	20.00 – 21.00	Beckenbodentraining (auf Anfrage)	21.00 – 22.00	Wirbelsäulengymnastik rehabilitativ Erwachsene	20.15 – 22.15	Badminton Freizeitspieler – Erwachsene	Samstag 12.30 – 14.30	Wettkampfturnen Mädchen
20.30 – 21.30	Präventives Herz-Kreis- lauftraining, 50 plus Frauen	20.15 – 22.15	Badminton Freizeitspieler – Erwachsene			20.15 – 22.15	Ringtennis Erwachsene und Jugend	Sonntag 10.00 – 11.00	PowerGym



Sportstätten:

Turnhalle am Park

Großsporthalle der KSS

Alte Halle der KSS

Trimpfad

Stadion a.d. Waldhohl

KSG-Halle

Sporthalle Roggau

Hallenfreizeitbad

Selzerbachschule