



Trainingszeiten Breitensport Sommer 2021 (Corona)

(Änderungen vorbehalten)

10.06.2021

**Bitte eigene Gymnastikmatte mitbringen !!!
Mit Mund-Nasen-Schutz die Halle betreten !!!**

Wochentag	Trainingszeiten	Sporthalle	Übungsleiter
-----------	-----------------	------------	--------------

Ausgleichsgymnastik am Vormittag Damen

Montag	08.15 - 9.45	weiterhin online Training	Rößl Gerlinde
Anmeldung an gerlinde.roessler@rdcad.de			

Bodystyling und Rückenfitness Anmeldung per Mail an tsv@tsv1860ansbach.de

Montag	18:30 - 19:30	Online Training	Wiesinger Brigitte
--------	---------------	-----------------	--------------------

Wirbelsäulengymnastik für Damen und Herren (Rückenschule)

Mittwoch	19:00 - 20:00	Gymnastikraum Beckenweiherhalle/ oder Hofgarten	Kleiner Cora
Mittwoch	20.15 - 21.15	Gymnastikraum Beckenweiherhalle/ oder Hofgarten	Kleiner Cora
Dienstag	17.00 - 18.30	weiterhin online Training	Rößl Gerlinde
Anmeldung an gerlinde.roessler@rdcad.de			

Gymnastik für Damen Neuanmeldungen direkt bei Frau Neumann: neumann-ansbach@gmx.de

Montag	17.00 - 19.00	Tiergartenwald (Lauf-Gymnastik)	Neumann Irene
		alte Luitpoldhalle (bei schlechten Wetter)	

Gymnastik für Herren

Mittwoch	19.00 - 20.30	Turnhalle Platengymnasium, unten	Stoeber Richard
bei schönen Wetter Freigelände Theresiengymnasium			

Gymnastik für Damen und Herren (Rückenschule)

Montag	20.00 - 21.30	Güllschule Mädchenhalle	Bittner Kurt
Dienstag	14:30 - 16:00	alte Karolinen-Turnhalle	Inge Müller

Power-Yoga Anmeldung per Mail an tsv@tsv1860ansbach.de

Dienstag	20.00 - 21.00	Online-Training	Diana Petruch
----------	---------------	-----------------	---------------

Pilates Anmeldung per Mail an tsv@tsv1860ansbach.de

Mittwoch	19.00 - 20.00	Online-Training	Diana Petruch
----------	---------------	-----------------	---------------

Gymnastik für Mollige

Montag	18.00 - 19.30	Mädchenturnhalle der Güllschule	Krömer Ulrike
--------	---------------	---------------------------------	---------------

Wassergymnastik - Sonderbeitrag Schwimmen

Samstag	7:30 - 8:15	Freibad Ansbach	Kups Melanie
Samstag	8:30 - 9:15	Freibad Ansbach	Kups Melanie
Dienstag	18.15 - 19.15	Bogenschießplatz (Freiluft-Gymnastik)	Kups Melanie

Anmeldungen an: schwimmen@tsv1860ansbach.de

Circuit-Training Herren			
Montag	17.30 - 19.00	Sporthalle Platengymnasium	Wörner Gerd

Neuanmeldungen derzeit nicht möglich

Ultimate Frisbee ab 16 Jahren			
Donnerstag	ab 19:00	Sommer: Rasenplatz Theresiengymnasium	

KiSS-Kindersportschule von 5 bis 10 Jahre (Sonderbeitrag)			
Telefonkontakt: 0176-20183475			Bastian Conrad

Fit um 9:30			
Montag	9.30 - 11.00	Treffpunkt: Ausgang Freibad (Nordic Walking)	Pawlikowski Georg
Mittwoch	9.30 - 11.00	Treffpunkt: Ausgang Freibad (Radtour)	Pawlikowski Georg

Fragen zum Training: Übungsleiter Herr Pawlikowski, Telefon: 0981/21472012 oder georg@pawlikowski.de

Nordic Walking jedermann			
Freitag	9.00 - 10.30	Feuchtlach, Parkplatz Ziegelhütte	Wiesinger Brigitte
Dienstag	18.30 - 20.00	Feuchtlach, Parkplatz Ziegelhütte	Wiesinger Brigitte

Abteilung Gesundheit und Sport			
Fragen bzw. Anmeldung zum Training:			
Abteilungsleiter Dr. Günter Topf, Telefon: 0981/5693 oder 0981/62276			

Koronarsport Übungsgruppe z.Zt. Warteliste			
Mittwoch	16.00 – 17.00	Sporthalle Theresiengymnasium	Rößl G./Neumann I.
Mittwoch	16.45 – 17.45	Sporthalle Theresiengymnasium	Rößl G./Neumann I.
Koronarsport Trainingsgruppe z.Zt. Warteliste			
Mittwoch	17.45 - 19.00	Sporthalle Theresiengymnasium	Sämann H.

Kurs GUT Spiel, Spaß und Bewegung			
Dienstag	19.00 – 20.30	alte Luitpold Sporthalle	Rößl G./Neumann I.

Reha-Sport Diabetes mellitus Typ I + II Fragen und Anmeldung Dr. Topf 0981-5693			
Dienstag	18.30 - 19.30	Güllschule	

Reha-Sport "Lungensport" Fragen und Anmeldung Frau Bittmann 09825/5724			
Montag	14.00 - 15.00	Rangauklinik	Helga Bittmann
Montag	15.00 - 16.00	Rangauklinik	Helga Bittmann
Montag	16.00 - 17.00	Rangauklinik	Helga Bittmann
Montag	17.00 - 18.00	Rangauklinik	Helga Bittmann

Reha-Sport "Orthopädie" Wirbelsäule und Gelenke Fragen und Anmeldung Dr. Topf 0981-5693			
Mittwoch	16.00 - 17.00	Weinberghalle A	Patrick

Weitere Infos unter : www.tsv1860ansbach.de

