

# Freie Turnerschaft München Süd - Trainingszeiten ab April 2021



Sportart	Tag	Uhrzeit		Ort	Bemerkung
<b>Aikido</b>	Montag	17:00	- 18:30	Konrad-Celtis-Schule	Kinder + Jugend
Dr.Thomas Angele		18:30	- 19:45	Konrad-Celtis-Schule	Erwachsene
aikido@ftm-sued.de	Mittwoch	19:15	- 20:45	Vereinshalle	Erwachsene
	Samstag	10:30	- 12:00	Vereinshalle	Erwachsene

<b>Badminton</b>	Dienstag	20:00	- 23:00	Vereinshalle	Erwachsene Freizeit
Christian Schütz	Donnerstag	19:30	- 23:00	Vereinshalle	Erwachsene Freizeit
badminton@ftm-sued.de	Freitag	11:15	- 13:30	Vereinshalle	Mütter & Väter (mit Kinderbetreuung) / Senioren
		19:30	- 23:00	Vereinshalle	Erwachsene Freizeit
	Sonntag	10:45	- 13:45	Vereinshalle	Ligamannschaft Erwachsene

<b>Gymnastik</b>	Montag	09:30	- 10:30	kl. Vereinshalle	Rückentraining mit Kleingeräten 50+
Birgit Haller		10:45	- 11:45	kl. Vereinshalle	Health & Care for body & mind 50+
Karin-Schmitt-Kunert		18:30	- 19:20	Vereinshalle	Rückenfit
gymnastik@ftm-sued.de		19:35	- 20:25	Vereinshalle	Bodystyling
		20:40	- 21:30	Vereinshalle	Functional Stretching
	Dienstag	08:45	- 09:45	<b>online</b>	Yoga - <b>Anmeldung:</b> gymnastik@ftm-sued.de
		09:30	- 10:30	kl. Vereinshalle	Ausgleichsgymnastik
		19:00	- 19:55	kl. Vereinshalle	Step mittleres Level - 1. Dienstag im Monat Step Basic
		20:10	- 21:00	kl. Vereinshalle	Bodystyling
	Mittwoch	09:30	- 10:30	Vereinshalle	Wirbelsäule - Rücken - Fit
		10:30	- 11:30	kl. Vereinshalle	leichtes Herz-Kreislauf-Train. mit Kräften. Bauch, Beine, Po
		16:15	- 17:05	kl. Vereinshalle	Yoga für Teens
		17:30	- 18:30	kl. Vereinshalle	Body - Toning
		18:45	- 19:45	kl. Vereinshalle	Yoga Sanft
		20:00	- 21:00	kl. Vereinshalle	Vinyasa Yoga
	Donnerstag	17:45	- 18:45	kl. Vereinshalle	Gesund & Fit mit 40+
		19:00	- 19:55	kl. Vereinshalle	Fit + entspannt in den Abend <b>neu ab April 2021</b>
		20:05	- 21:00	kl. Vereinshalle	Cardio- und Ausdauertraining
		21:10	- 22:00	kl. Vereinshalle	Krafttraining
	Freitag	08:00	- 08:30	Hof, unter der Linde	Atemübung outdoor

		08:30	-	09:30	kl. Vereinshalle	Vinyasa Yoga Flow
		10:00	-	11:00	kl. Vereinshalle	Mobilitäts- & Ausdauertraining 60+
		11:15	-	12:15	kl. Vereinshalle	Mobilitäts- & Ausdauertraining 60+
	Sonntag	09:30	-	10:30	Vereinshalle	Body Styling
		10:30	-	11:30	kl. Vereinshalle	Step
		20:00	-	21:00	online	Rückenfit - <b>Anmeldung:</b> gymnastik@ftm-sued.de

<b>Schwimmen</b>	Mittwoch	20:30	-	21:30	Schwimmhalle Lindwurmstraße	Training von Schwimm- und Atemtechniken
Andrea Bader						
schwimmen@ftm-sued.de						

<b>Theater</b>	jeden	19:30			Vereinswirtschaft	Stammtisch
Michaela Wittmann	1. Montag					* außer im August
theater@ftm-sued.de	im Monat *					

<b>Tischtennis</b>	Dienstag	17:30	-	20:30	Maria-Probst-Realsch	Verbandsspiel und Freizeitspieler
Günter Lopuszanski	Donnerstag	17:30	-	20:30	Maria-Probst-Realsch	Verbandsspiel und Training
tischtennis@ftm-sued.de						

<b>Turnen/Tanzen/Karate</b>	Montag	15:15	-	16:15	Vereinshalle	Kleinkinder (3-6 Jahre)
L.Halanke, E.Zettel, V.van Impe		16:30	-	18:00	Vereinshalle	Schüler (ab 6 Jahren)
turnen@ftm-sued.de		17:20	-	18:20	kl. Vereinshalle	Hip Hop (ab 8 Jahren)
		18:25	-	19:25	kl. Vereinshalle	Hip Hop ab 12 Jahre
	Dienstag	15:00	-	16:00	kl. Vereinshalle	Karate (5 - 7 Jahre) <b>ab April 2021</b>
		16:00	-	17:00	kl. Vereinshalle	Karate (8 - 10 Jahre) <b>ab April 2021</b>
	Mittwoch	14:45	-	15:45	Vereinshalle	Mutter/Vater & Kind ab 15 Monate
		16:00	-	17:00	Vereinshalle	Kleinkinder (3-6 Jahre)
	Donnerstag	10:00	-	11:30	Vereinshalle	Mutter/Vater & Kind ab 15 Monate
		14:40	-	15:25	Vereinshalle	Mutter/Vater & Kind ab 15 Monate
		15:30	-	16:30	Vereinshalle	Kleinkinder (3 - 6 Jahre)
		16:45	-	17:45	Vereinshalle	Schüler (ab 6 Jahre)
		18:00	-	19:15	Vereinshalle	Turnen Jugendliche (ab 13 Jahre)
	Freitag	16:30	-	17:45	Vereinshalle	Turnen für Erwachsene

<b>Handball</b>	Montag	18:00	-	19:30	Fischer-von-Erlach-Halle	weibl. C
komm. Christian Trampler		20:00	-	22:00	Fischer-von-Erlach-Halle	H1 ab Jahrgang 2000

www.sg-sued-blumenau.de		20:30	-	22:00	Fischer-von-Erlach-Halle	H2
		20:00	-	22:00	Erasmus-Grasser	D1 ab Jahrgang 2000
		17:00	-	18:30	Halle am Hedernfeld	Minis Jahrgang 2010 / 2011 / 2012
		17:00	-	18:30	Halle am Hedernfeld	E - Jugend Jahrgang 2008 / 2009
		18:00	-	19:30	Sporthalle Lindwurmstraße	m C-Jahrgang 2004 / 2005
		18:30	-	20:00	Sporthalle Lindwurmstraße	m B-Jahrgang 2002 / 2003
		20:00	-	21:30	Sporthalle Lindwurmstraße	D 3
		20:30	-	22:00	Sporthalle Lindwurmstraße	D 2
		18:00	-	19:30	Erasmus-Grasser	m C / m D
		15:30	-	17:00	Grundschule Blumenauerstr.	Kinderhandball
	Mittwoch	18:00	-	19:30	Fischer-von-Erlach-Halle	w C-Jahrgang 2004 / 2005
		20:30	-	22:30	Fischer-von-Erlach-Halle	H2 / H3
		17:00	-	18:30	Grundschule am Hedernfeld	E-Jugend Jahrgang 2008 / 2009
		17:00	-	18:30	Sporthalle Lindwurmstraße	m D-Jahrgang 2006 / 2007
	Donnerstag	18:30	-	20:00	Sporthalle Lindwurmstraße	m B-Jahrgang 2002 / 2003
		19:00	-	20:30	Sporthalle Lindwurmstraße	D1
		19:30	-	21:00	Sporthalle Lindwurmstraße	D2
		20:30	-	22:30	Sporthalle Lindwurmstraße	H1 ab Jahrgang 2000

<b>Volleyball</b>	Montag	19:45	-	21:30	Konrad Celtis Schule	Freizeitspiel
Silvia Schulz	Freitag	17:45	-	19:30	Vereinshalle	Freizeitspiel
volleyball@ftm-sued.de						

<b>Zirkusakrobatik</b>	Mittwoch	17:05	-	18:00	Vereinshalle	Zirkustraining (6 - 12 Jahre)
Taina Ramhi		18:00	-	19:00	Vereinshalle	Zirkustraining (ab 12 Jahren)
zirkusakrobatik@ftm-sued.de						