



30.05.2020

„Corona“-Übungsplan „Gymwelt“ ab 2.6.2020

Vorbemerkungen:

- 1) Es gelten die Leitsätze des TVG zum Sport unter Corona-Bedingungen (akt. Stand: 2.6.20), v.a.: Training bei Beibehaltung des „Standortes“
Dieses sind zu beachten!
- 2) Bis auf weiteres stehen die Turnhalle Von-Drais-Schule und der Gymn.-Raum der Stadionhalle nicht zur Verfügung.
- 3) Bei Sportangeboten, bei denen üblicherweise im Training Gymnastikmatten zum Einsatz kommen, ist bis auf weiteres „die eigene, persönliche Gymn.-Matte“ mitzubringen.
- 4) Die Teilnehmer müssen in Sportkleidung zum Training kommen.
- 5) Maßnahmen auf dem Rasenplatz beim Vereinsheim Sonnengarten finden nur bei gutem Wetter statt.

Übungsplan „Gymwelt“

Montag

Gruppe	ÜL	Sportstätte	Zeit
FrauenGymnastik	M. Merz	Stadionhalle	17.00-18.00 entfällt bis auf weiteres
Fitness für Sie u. Ihn	Cl. Fichter	Sonnengarten Rasenplatz	19.00-20.00 Start: 8.6.20
Jumping Fitness (Kurs)	B. Stößer	Stadionhalle	19.00-20.00 Angebot noch nicht freigegeben!!! gepl. Start: 15.6.20
Zumba (Kurs)	S. Stangenberg	Stadionhalle	20.00-21.00 Angebot noch nicht freigegeben!!! gepl. Start: 22.6.20

Dienstag

Gruppe	ÜL	Sportstätte	Zeit
MamaFit (Kurs)	K. Thiel	Sonnengarten Rasenplatz	10.00-11.00 Start: 2.6.20
Fit durchs Jahr	D. Rieger	Stadion	18.45-19.45 Start: 2.6.20
MännerFitness	J. Maisch	Sonnengarten Rasenplatz	19.30-20.30 Start: 2.6.20

Mittwoch

Gruppe	ÜL	Sportstätte	Zeit
Präventiv, Gr. 1	S. Tratner	Sonnengarten Rasenplatz	9.00-10.00 Start: 17.6.20
Präventiv, Gr. 2	S. Tratner	Sonnengarten Rasenplatz	10.00-11.00 Start: 17.6.20
Jazz-/Modern-Dance	I. Weiß	Online	15.30-17.00
Yoga (Kurs)	K. Thiel	Sonnengarten Rasenplatz	18.15-19.15 Start: 17.6.20
Neuer Schnupper-Kurs möglich Infos folgen	N.N.	Stadionhalle 5 Einheiten	20.15-21.15

Donnerstag

Gruppe	ÜL	Sportstätte	Zeit
Step-Aerobic	D. Schmidhuber	Sonnengarten Rasenplatz	18.30-19.30 Start: 4.6.20
Wirbelsäulen-Gymnastik	J. Maisch	Sonnengarten Rasenplatz	19.30-20.30 Start: 4.6.20
Jumping Fitness (Kurs)	S. Bleichner	Stadionhalle	19.00-20.00 Angebot noch nicht freigegeben!!!

Freitag

Gruppe	ÜL	Sportstätte	Zeit
Zumba (Kurs)	S. Ott	Sonnengarten Rasenplatz	10.00-11.00 Start: 12.6.20
Jumping Fitness (Kurs)	S. Bleichner	Stadionhalle	18.00-19.00 Angebot noch nicht freigegeben!!!
Sportabzeichen	E. Wetzel-Imse M. Tratner	Stadion	19.15-20.30 Start: 5.6.20

Übungsplan Abteilungen:

Aqua-Fitness: bis auf weiteres kein Übungsbetrieb möglich

Basketball: bis auf weiteres kein Übungsbetrieb möglich

Eltern-Kind-Turnen: bis auf weiteres kein Übungsbetrieb möglich

Gerätturnen: bis auf weiteres kein Übungsbetrieb möglich

Handball/HSG: **Stadionhalle** Dienstag ab 18 Uhr C-Jugend / B-Jugend / Herren jeweils 1 Stunde mit maximal 16 Personen pro Einheit

Donnerstag ab 20 Uhr Damenmannschaft

Ebersteinhalle Donnerstag ab 17 Uhr C-Jugend/eventuell Damen

Jazz-/Modern-Dance	bis auf weiteres kein Übungsbetrieb möglich (bis auf o.g. Angebot)
Leichtathletik:	jeweils ausschließlich im Stadion Montag 18.00-20.00 – TN: Klärung abteilungsintern Mittwoch 18.00-19.30 – TN: Klärung abteilungsintern Donnerstag 18.00-19.30 – TN: Klärung abteilungsintern Freizeitgruppe LA: 19.30-20.30 (verantw. W. Krieg)
Prellball:	bis auf weiteres kein Übungsbetrieb möglich
Tischtennis:	ggf. ab 15.6.2020 – Klärung abteilungsintern
Trampolin:	Klärung abteilungsintern, maximal in den sonst bekannten Übungszeiten
Vorschulturnen:	bis auf weiteres kein Übungsbetrieb möglich
Kraftraum:	bis auf weiteres kein Übungsbetrieb möglich Ausnahme: Kaderathleten Leichtathletik

Stand: 30.05.2020 / 19.00 Uhr / jm