

Abteilung	Gruppe	Wochentag	Uhrzeit	Ort	Übungsleiter	Alter	Zusatzinformationen
Badminton	Jugend	MO	18:00 - 19:00 Uhr	Weiß-Ferdl Mittelschule	Adam Muskalla	ab 10 - 16 Jahre	
Badminton	Erwachsene	MO	19:00 - 22:00 Uhr	Weiß-Ferdl Mittelschule	Daniel Zwicklbauer	ab 16 Jahren	
Bike, Ski & Run	Spinning	DI	18:45 - 20:00 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Klemisch/Iglhaut	ab 16 Jahren	
Bike, Ski & Run	Walking	MI	ab 15 Uhr	Trimm-dich-Pfad	Rudi Senger	ab 16 Jahren	Winterprogramm
Bike, Ski & Run	Spinning	MI	17:45 - 18:45 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Peter Schmitzberger	ab 16 Jahren	
Bike, Ski & Run	Spinning	MI	19:00 - 20:15 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Hubert Kolditz	ab 16 Jahren	
Bike, Ski & Run	Volleyball	MI	19:30 - 22:15 Uhr	Dreifachturnhalle	Christian Brunnhuber	ab 16 Jahren	Winterprogramm
Bike, Ski & Run	Walking	MI	ab 19 Uhr	Trimm-dich-Pfad	Rudi Senger	ab 16 Jahren	Sommerprogramm
Bike, Ski & Run	Immerfit	MI	ab 19 Uhr	Trimm-dich-Pfad	Kolditz/Steil	ab 16 Jahren	Sommerprogramm
Bike, Ski & Run	Spinning	DO	09:45 - 10:45 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Katharina Pech	ab 16 Jahren	
Bike, Ski & Run	Spinning	DO	18:15 - 19:15 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Hubert Kolditz	ab 16 Jahren	
Bike, Ski & Run	Immerfit	DO	19:30 - 20:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Hubert Kolditz	ab 16 Jahren	Winterprogramm
Bike, Ski & Run	Spinning	FR	19:00 - 20:15 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Baumann/Schmitzberger	ab 16 Jahren	
Bike, Ski & Run	Lauftreff	FR	ab 18 Uhr	Trimm-dich-Pfad	Ralf Seidel	ab 16 Jahren	Sommerprogramm
Bike, Ski & Run	Lauftreff	SA	ab 16 Uhr	Trimm-dich-Pfad	Ralf Seidel	ab 16 Jahren	Winterprogramm
Fitness	Aktiv ins Alter	MO	09:00 - 10:00 Uhr	Mehrzweckraum; UG Haus des Sports	Katharina Pech	ab 40 Jahren	nur mit Anmeldung
Fitness	Power Mix	MO	18:30 - 19:30 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Wimmer/Spielbauer	ab 15 Jahren	nur Juni bis September
Fitness	Power Mix	MO	17:45 - 19:00 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Wimmer	ab 15 Jahren	nur Oktober bis Mai
Fitness	Power Mix	MO	19:00 - 20:15 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Spielbauer	ab 15 Jahren	nur Oktober bis Mai
Fitness	Xfit	MO	18:30 - 19:30 Uhr	Mehrzweckraum; UG Haus des Sports	Alex Urian/Mike Stadler	ab 18 Jahren	nur mit Anmeldung
Fitness	Faszientraining	MO	18:30 - 19:45 Uhr	Grundschule Süd	Ulli Bubl	ab 15 Jahren	
Fitness	Körperbewusstseinstraining	DI	08:45 - 09:45 Uhr	Mehrzweckraum; UG Haus des Sports	Maria Langlechner	ab 15 Jahren	
Fitness	In & Outdoor Workout	DI	18:30 - 19:30 Uhr	Sportplatz/Mehrzweckraum OG HdS	Eva Taubender	ab 15 Jahren	nur mit Anmeldung
Fitness	Faszientraining	DI	18:30 - 19:30 Uhr	Grundschule Süd	Ulli Bubl	ab 15 Jahren	
Fitness	Fit und beweglich	MI	08:30 - 09:30 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Birgit Riedel	ab 60 Jahren	
Fitness	Rücken-Fit	MI	19:00 - 20:00 Uhr	Grundschule Süd	Silke Langhans	ab 15 Jahren	
Fitness	Step and Style	MI	19:00 - 20:15 Uhr	Grundschule Nord	Rona Niedermeier	ab 15 Jahren	
Fitness	Body in Balance	DO	08:30 - 09:30 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Ingrid Wimmer	ab 15 Jahren	nur Oktober bis März
Fitness	Körperbewusstseinstraining	DO	09:00 - 10:00 Uhr	Mehrzweckraum; UG Haus des Sports	Maria Langlechner	ab 15 Jahren	
Fitness	XFit	DO	18:30 - 19:30 Uhr	Mehrzweckraum; UG Haus des Sports	Alex Urian	ab 18 Jahren	nur mit Anmeldung
Fitness	Körperbewusstseinstraining	DO	19:00 - 20:15 Uhr	Grundschule Süd	Maria Langlechner	ab 15 Jahren	
Fitness	Power Body	FR	09:00 - 10:00 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Katharina Pech	ab 15 Jahren	nur mit Anmeldung
Fitness	MamaFit	FR	10:15 - 11:15 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Julia Schäfer	ab 15 Jahren	nur mit Anmeldung
Fußball	D-Jugend 1	MO	17:00 - 18:45 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Norbert Volk	ab 11 Jahren	
Fußball	B-Jugend	MO	18:30 - 20:00 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Claus Uretschläger	ab 15 Jahren	
Fußball	Herren 2	MO	19:00 - 20:30 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Franz Schallmoser	ab 19 Jahren	
Fußball	Herren 1	MO	19:00 - 20:30 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Stefan Baumann	ab 19 Jahren	
Fußball	D-Jugend 1	DI	17:00 - 18:45 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Norbert Volk	ab 11 Jahren	
Fußball	D-Jugend 4	DI	17:15 - 18:45 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Sebastian Jura	ab 11 Jahren	
Fußball	A-Jugend	DI	18:30 - 20:00 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Benjamin Asenbeck	ab 17 Jahren	
Fußball	B-Jugend	MI	18:30 - 20:00 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Claus Uretschläger	ab 15 Jahren	
Fußball	Herren 2	MI	19:00 - 20:30 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Franz Schallmoser	ab 19 Jahren	
Fußball	Herren 1	MI	19:00 - 20:30 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Stefan Baumann	ab 19 Jahren	
Fußball	D-Jugend 1	DO	17:00 - 18:45 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Norbert Volk	ab 11 Jahren	
Fußball	D-Jugend 4	DO	17:15 - 18:45 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Sebastian Jura	ab 11 Jahren	
Fußball	A-Jugend	DO	18:30 - 20:00 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Benjamin Asenbeck	ab 17 Jahren	
Fußball	F-Jugend 1	DI	17:00 - 18:00 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Ludascher Zsolt	ab 8 Jahren	

Fußball	F-Jugend 1	DO	17:00 - 18:00 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Ludascher Zsolt	ab 8 Jahren	
Fußball	F-Jugend 2	FR	16:30 - 18:00 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Josef Kreuzpointner	ab 7 Jahren	
Fußball	G-Jugend 2	FR	16:00 - 17:30 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Didi	ab 5 Jahren	
Fußball	G-Jugend 1	DI	16:30 - 17:45 Uhr	Ludwig-Kellerer Stadion	Nicolas Koller	ab 6 Jahren	
Handball	Bambini	MO	16:30 - 17:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Stefanie Klaffke	ab 3 Jahren	
Handball	Bambini	MO	16:30 - 17:45 Uhr	Dreifachturnhalle	Kerstin Hofer	ab 4 Jahren	
Handball	Damen 2	MO	20:00 - 21:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Kerstin Hofer	ab 18 Jahren	
Handball	Damen 1	MO	20:00 - 21:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Guhrun Zimmerer	ab 18 Jahren	
Handball	männliche E-Jugend	DI	17:00 - 18:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Claudia Stelzl	ab 9 Jahren	
Handball	weibliche E-Jugend	MI	17:00 - 18:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Sandra Filipek	ab 9 Jahren	
Handball	Herren 1	DI	20:00 - 21:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Senad Jagovic	ab 18 Jahren	
Handball	Herren 2	DI	20:00 - 21:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Andreas Klaffke	ab 18 Jahren	
Handball	Weibliche B Jugend	MI	18:00 - 19:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Andrea Salzedo	ab 15 Jahren	
Handball	Minis	DO	17:00 - 18:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Katrin Noserke	ab 7 Jahren	
Handball	männliche C-Jugend	DO	18:30 - 20:00 Uhr	Dreifachturnhalle	Michael Schreiner	ab 13 Jahren	
Handball	weibliche D-Jugend	FR	16:00 - 17:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Lisa Hofer	ab 11 Jahren	
Handball	weibliche C-Jugend	FR	17:30 - 19:00 Uhr	Dreifachturnhalle	Paul Filipek	ab 13 Jahren	
Handball	männliche B-Jugend	FR	17:30 - 19:00 Uhr	Dreifachturnhalle	Nina Hofer	ab 15 Jahren	
Handball	Damen 2	FR	19:00 - 20:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Kerstin Hofer	ab 18 Jahren	
Handball	Damen 1	FR	19:00 - 20:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Guhrun Zimmerer	ab 18 Jahren	
Handball	Herren 2	SA	20:30 - 22:00 Uhr	Dreifachturnhalle	Andreas Klaffke	ab 18 Jahren	
Handball	Herren 1	SO	20:30 - 22:00 Uhr	Dreifachturnhalle	Senad Jagovic	ab 18 Jahren	
Judo	Jugendliche	DI	16:45 - 18:30 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Schamarek/Demmelhuber	ab 6 Jahren	
Judo	Jugendliche	FR	17:00 - 18:30 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Schamarek/Demmelhuber	ab 6 Jahren	
Kampfsport	<a href="https://teamup.com/ksqwcp8do65t3775av">https://teamup.com/ksqwcp8do65t3775av</a>						
Leichtathletik	Jugend und Erwachsene	DI	17:15 - 19:30 Uhr	Sportplatz und Dreifachturnhalle	Christine Meister-Scheffel	ab 12 Jahren	
Leichtathletik	Kinder	MI	17:00 - 18:00 Uhr	Grundschule Nord	Corinna Baumann	ab 4 - 6 Jahre	
Leichtathletik	Kinder	MI	17:00 - 18:15 Uhr	Weiß-Ferdl Mittelschule	Sandra Filipek	ab 7 - 8 Jahre	
Leichtathletik	Kinder	MI	18:15 - 19:45 Uhr	Weiß-Ferdl Mittelschule	Corinna Baumann	ab 9 - 10 Jahre	
Leichtathletik	Jugend und Erwachsene	DO	17:30 - 19:30 Uhr	Weiß-Ferdl Mittelschule	Christine Meister-Scheffel	ab 12 Jahren	
Leichtathletik	Eltern-Kind Fitness	FR	15:00 - 16:45 Uhr	Grundschule Nord	Simon Lempenau	ab 1 - 3 Jahre	
Reha	Orthopädie	MO	08:00 - 09:00 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Christa Sinzinger	ab 18 Jahren	
Reha	Orthopädie	MO	09:05 - 10:05 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Christa Sinzinger	ab 18 Jahren	
Reha	Neurologie	MO	10:10 - 11:10 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Christa Sinzinger	ab 18 Jahren	
Reha	chronische Atemwegserkrankungen	MO	10:30 - 11:30 Uhr	Mehrzweckraum, UG Haus des Sports	Mirjam Luttenberger	ab 18 Jahren	
Reha	geistige Behinderung	DI	17:30 - 18:30 Uhr	Franziskushaus Turnhalle	Mirjam Luttenberger	ab 18 Jahren	
Reha	Orthopädie	MI	09:50 - 10:50 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Birgit Riedel	ab 18 Jahren	
Reha	Orthopädie	MI	11:00 - 12:00 Uhr	Gymnastikraum; Dreifachturnhalle	Birgit Riedel	ab 18 Jahren	
Reha	Koronar	DO	19:00 - 20:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Zellner/Meinecke	ab 18 Jahren	mit Frau Doktor Heike Eläs
Schach	Anfänger	MO	16:00 - 17:00 Uhr	Schachraum; Haus des Sports	Stadler	ab 4 Jahre	
Schach	Anfänger	MO	17:00 - 18:00 Uhr	Schachraum; Haus des Sports	Stadler	ab 4 Jahre	
Schach	Fortgeschritten	MO	18:00 - 19:00 Uhr	Schachraum; Haus des Sports	Stadler	ab 8 Jahren	
Schach	Erwachsene	MO	ab 20 Uhr	Schachraum; Haus des Sports	Suttner	ab 16 Jahren	
Schach	Spieltraining	DI	15:30 - 17:00 Uhr	Schachraum; Haus des Sports	Stadler	ab 6 Jahren	
Schwimmen	auf Anfrage						
Taekwondo	Jugend	FR	17:30 - 19:00 Uhr	Grundschule Nord	Fichtner	ab 6 Jahren	
Taekwondo	Erwachsene	FR	19:15 - 20:45 Uhr	Grundschule Nord	Fichtner	ab 15 Jahren	
Tennis	auf Anfrage						

Tischtennis	Jugend	DI	18:00 - 19:30 Uhr	Weiß-Ferdl Mittelschule	Oswald/Riedel	ab 6 Jahren	
Tischtennis	Erwachsene	DI	19:30 - 21:45 Uhr	Weiß-Ferdl Mittelschule	Riedel	ab 17 Jahren	
Tischtennis	Jugend	FR	18:00 - 19:30 Uhr	Weiß-Ferdl Mittelschule	Oswald/Riedel	ab 6 Jahren	
Tischtennis	Erwachsene	FR	19:30 - 21:45 Uhr	Weiß-Ferdl Mittelschule	Riedel	ab 17 Jahren	
Turnen	Kleinkinder	MO	16:30 - 17:30 Uhr	Grundschule Nord	Christine Meinecke	ab 2 - 5 Jahre	
Turnen	Kleinkinder	DI	17:00 - 18:30 Uhr	Grundschule Nord	Gerti Schmeidl	ab 2 - 6 Jahre	
Turnen	Damen	MO	19:00 - 20:00 Uhr	Grundschule Nord	Christine Meinecke	ab 35 Jahren	Im Winter: 18:30 - 19:30
Turnen	Herren	FR	17:30 - 19:30 Uhr	Grundschule Süd	Herbert Redinger	ab 50	
Volleyball	weibliche Jugend	MO	17:00 - 18:30 Uhr	Herzog-Ludwig Realschule	Albrecht/Kaltenmarkner	ab 13	
Volleyball	Damen	MO	18:30 - 20:00 Uhr	Herzog-Ludwig Realschule	Claudia Albrecht	ab 16 Jahren	
Volleyball	Freizeitmannschaft	MO	20:00 - 21:45 Uhr	Herzog-Ludwig Realschule	Claudia Albrecht	ab 16 Jahren	
Volleyball	weibliche Jugend	MI	19:30 - 21:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Martin Haunschild	ab 15 Jahren	
Volleyball	Damen	MI	19:30 - 21:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Susanne Seidl	ab 30 Jahren	
Volleyball	Freizeitmannschaft	DO	19:30 - 21:30 Uhr	Herzog-Ludwig Realschule	Norbert Weiss	ab 16 Jahren	
Volleyball	weibliche Jugend	FR	18:30 - 20:00 Uhr	Herzog-Ludwig Realschule	Albrecht/Kaltenmarkner	ab 13 Jahren	
Volleyball	Damen	FR	20:00 - 21:45 Uhr	Herzog-Ludwig Realschule	Claudia Albrecht	ab 16 Jahren	
Volleyball	Freizeitmannschaft	SO	18:30 - 20:30 Uhr	Dreifachturnhalle	Lilia Maier	ab 16 Jahren	