



Sportprogramm 2021 / 2022

Turnverein Grödig 1010



Termin	Turnhalle	Programm	Beschreibung	Leitung
Montag, 09:30 - 10:30	NMS – obere Halle	Gymnastik für Senioren/innen NEU	Training für Kondition, Koordination, Muskulatur und Beweglichkeit im Alter	Monika Radacher
Montag, 19:30 - 21:30 Uhr	NMS – untere Halle	 VOLLEYBALL für Fortgeschrittene	Aufwärmgymnastik, Techniktraining u. Volleyballspiel	Christof Eisl
Montag, 16:10 - 17:10 Uhr	Volksschule	KINDER 4 – 6 Jahre	Turnflöhe Geräteturnen, Koordination & Spiele	Katrin, Marie
Montag, 17:15 - 18:45 Uhr	Volksschule	KINDER 6 – 10 Jahre	Geräteturnen, Bewegungsschulung, Spiele und Gymnastik	Cornelia, Elena
Montag, 19:00 - 20:00 Uhr	Volksschule	 PRELLBALL gemischt	Prellballspiel Spaß an Bewegung u. Gemeinschaft	Monika Radacher
Montag, 20:00 - 21:30 Uhr	Volksschule	Body Shape	Aufwärmaerobic, Koordination, Mobilisationsübungen, Motorik, Kräftigung u. Dehnung	Monika Radacher
Dienstag, 17:15 - 18:45 Uhr	Volksschule	LEISTUNGSTURNEN (gemischt ab 10 Jahren)	Geräteturnen und Spiele	Cornelia, Elena
Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr	Volksschule	FITNESS-GYMNASTIK (für Sie und Ihn)	Aufwärmaerobic, Mobilisationsübungen, Motorik, Kräftigung und Dehnung	Monika Radacher
Dienstag, 20:00 - 22:00 Uhr	NMS – untere Halle	 VOLLEYBALL für Anfänger	Aufwärmgymnastik, Techniktraining u. Volleyballspiel	Filippo Rizzo
Dienstag, 20:00 - 21:30 Uhr	Volksschule	Freies Training	Gymnastik, Bewegungsschulung, Geräteturnen und Spiele	Cornelia, Elena,
Freitag, 18:00 - 19:30 Uhr	Volksschule	NEU Parcours	Training und Aufbau von Elementen für Parcours	Cornelia
Freitag, 19:30 - 21:00 Uhr	NMS – untere Halle	 VOLLEYBALL für Fortgeschrittene	Aufwärmgymnastik, Techniktraining und Volleyballspiel (für LLH u. Mix-LL)	Peter, Andrea

Bitte besuche auch unsere Homepage www.tv-groedig.at um immer auf dem neuesten Stand zu sein.

Nähere Infos zu den jeweiligen Stunden gibt es direkt in der Einheit oder unter tv-groedig@gmx.at