



Trainingsplan/Hallenbelegung ASV Arzheim 1946 e.V.



Arzheimer Hauptstraße 59, 76829 Landau-Arzheim (Eingang Hessengasse)

Infos unter asv@arzheim.de oder Tel. 0151-21694377

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
9.00 - 11.00 Uhr		9.30 - 10.30 Uhr	
Verein zur Bewegungsförderung und Psychomotorik e.V. Landau		Krabbeltreff Eltern und Babys ASV bis 3 J.	
15.30 - 16.30 Uhr	16.30 - 17.30 Uhr	15.00 - 16.00 Uhr	16:30 - 17:30 Uhr
Eltern-Kind-Turnen ASV 2-3 Jahre	Kinderyoga ASV 5-8 Jahre	Seniorengymnastik ASV Fit im Alter ab 70	Beachvolleyball für Jugendliche Mehrgenerationenpark 14 - 18 Jahre
16:30 - 17:30 Uhr	17.30 - 18.30 Uhr		18:00 - 19:00 Uhr
Kinderturnen ASV 4-6 Jahre	OUTDOOR-HIIT Training <u>hinter dem DGH</u> ab 16 Jahre		Beachvolleyball für Erwachsene Mehrgenerationenpark
	18:00 - 19:00 Uhr	18:15 - 19:45 Uhr	18.30 - 19.45 Uhr
	Tischtennis Kinder & Jugendliche <u>im DGH</u> ab 7 Jahre	Yoga für Fortgeschrittene ASV	Pilates & Entspannung ASV
	19.00 - 20.00 Uhr		
	OUTDOOR-HIIT Training <u>hinter dem DGH</u> ab 16 Jahre		
20.00 - 21.00 Uhr	20.00 - 22.00 Uhr	20.00 - 21.00 Uhr	20.15 - 21.15 Uhr
Dart-Spiele/ Erwachsene ASV	Tischtennis/Erwachsene <u>im DGH</u>	Gymnastik für Frauen ASV ab 60	Männergymnastik Senioren ASV

Infos zu den Trainingsangeboten:

Es kann bis zu 4x geschnuppert werden. Änderungen zur Vorversion sind rot markiert.

Farbliche Markierung: **Sport für Kinder** - **Sport für Jugendliche/Erwachsene** - **Sport für Senior:innen**

Stand Juli 2024