



# Trainingsplan/Hallenbelegung ASV Arzheim 1946 e.V.



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

Infos unter [asv@arzheim.de](mailto:asv@arzheim.de) oder Tel. 0151-21694377

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
9.00 - 11.00 Uhr		11.00 - 12.00 Uhr	
Verein zur Bewegungsförderung und Psychomotorik e.V. Landau		Krabbeltreff Eltern und Babys ASV bis 3 J.	
15.30 - 16.30 Uhr		15.00 - 16.00 Uhr	
Eltern-Kind-Turnen ASV 2-3 Jahre		Seniorengymnastik ASV Fit im Alter ab 70	
16:30 - 17:30 Uhr			17.30 - 18:30 Uhr
Kinderturnen ASV 4-6 Jahre			Beachvolleyball für Erwachsene Mehrgenerationenpark ( witterungsbedingt )
		18:15 - 19:45 Uhr	18.30 - 19.45 Uhr
		Yoga für Fortgeschrittene ASV	Pilates & Yoga ASV
	19.00 - 20.00 Uhr		
	OUTDOOR-HIIT Training hinter dem DGH 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 im DGH	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 Jan 2026