



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	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			
Eltern-Kind-Turnen ASV 2-3 Jahre			
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 <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	Männnergymnastik 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 August 2026