

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
17:00-18:00 Jiu-Jitsu Minis	16:15-17:00 Eltern-Kind-Turnen / Kleinkinderturnen / Kinderturnen	9:00 Lauftreff (Ortsmitte)	9:30-10:30 / 10:30-11:30 Stark & Standhaft Seniorengymnastik	9:00 Lauftreff (Ortsmitte)	Apr.-Okt. 14:00 Biker	10:00 Lauftreff (Ortsmitte)
17:30-19:00 Jiu-Jitsu Kinder	17:00-17:45 Kleinkinderturnen / Kinderturnen / Kindersport	16:00-17:00 Eltern-Kind-Turnen	18:30-19:30 Präventive Rückengymnastik	12:00-13:00 Fit ins Wochenende		10:00 Tennis & Fußball für Anfänger & Fortgeschrittene
17:30-19:00 Basketball Jugend	Apr.-Okt 17:30 Biker	17:00 Tennis & Fußball für Anfänger & Fortgeschrittene	18:30-19:30 Volleyball Jugend	18:30-20:00 Badminton Jugend		
18:15-19:15 Jumping Fitness*	18:45-19:45 Bodyfit / Bauch-Beine-Po	18:15-19:15 Jumping Fitness*	19:30-22:00 Volleyball Mixed	20:00-22:00 Badminton Erw.		
Apr.-Sept. 19:00 Radsport Weilwiesen Emmershausen	19:30-21:00 Tanzen	19:30-21:00 Yoga	19:30-20:30 Gemischte Fitness- Gruppe für jung und alt			
19:00-20:30 Jiu-Jitsu Jugend	19:30-20:30 Zumba*	20:00-21:00 Gymnastik	20:00-21:30 Basketball Erw.			
19:15-20:15 Aerobic	20:00-22:00 Jiu-Jitsu Erwachsene	20:00-22:00 Badminton Erw.	20:30-22:00 Fußball Wintertraining SOMA			
19:30-20:30 Montagsgymnastik (ab 40)	20:00-21:30 Dienstagsgymnastik 50Plus für Damen / jeden 1. Dienstag Mittelaltertänze					

Heckenfestplatz Niederlauken
Saalbau Felsenkeller Rod
Schulturnhalle Rod an der Weil
Riedelbacher Sporthalle
Bürgerhaus Emmershausen
Sportheim Altweilnau

* mit Zuzahlung

Stand: 30.09.2021