FERIENPLAN

Herbstferien 02.11.2026 –06.11.2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
02.11.2026	**03.11.2026**	**04.11.2026**	**05.11.2026**	**06.11.2026**
8:15 – 9:15 9:15 – 10:15 **PILATES AM MORGEN** Saal am Weiher Angela Born				9:00 – 10:00 **BODYSTYLING** Saal am Weiher Anja Suadicani
	13:15 – 14:15 Für Senioren **RÜCKENGYMNASTIK & STURZPROPHYLAXE** Mehrzweckhalle Friederike Mertes	17:00 -18:00 **POWERKIDS** Mehrzweckhalle Michael Rupprecht		
	14:15 – 15:15 **RÜCKENGYMNASTIK** Mehrzweckhalle Friederike Mertes	18:00 – 19.00 **MÄDCHENTURNEN** Mehrzweckhalle Michael Rupprec		
16:30-17:30 **FITNESS- & GESUND-HEITSGYMNASTIK** Mehrzweckhalle Kerstin Striegl		18:00 – 19:00 **INTENSE BODYWORKOUT** Ballhausforum Corinna Elbert (bitte eigene Matte)		
17:30-18:30 **FITNESS- & GESUND-HEITSGYMNASTIK** Mehrzweckhalle Kerstin Striegl	17:45 -19:15 **YOGA** Mehrzweckhalle Hanna Brandl Barbara Preller	19:00 – 20:00 **BellyDanceFitness** Ballhausforum Maryna Solopova		
18:30-19:30 **ZUMBA TEENS & ADULTS** Mehrzweckhalle Sarah Steffens		19:00 – 20:00 FÜR SIE **FIT AB 60** Mehrzweckhalle Nicola Rupprecht	19:10 – 20:10 **PILATES - GESUNDER RÜCKEN** Mehrzweckhalle Anja Suadicani	18:00 – 20:00 **VOLLEYBALL DER TURNER** FÜR IHN Ganghofer Halle Thomas Lack
19:30 – 20:30 **BellyDanceFitness** Mehrzweckhalle Maryna Solopova		20:00 – 21:00 **ZUMBA** Mehrzweckhalle Dagmar Münzer-Schweissgut	20:10 – 21:40 FÜR IHN **GYMNASTIK & FITNESS** Mehrzweckhalle Robert Klauser	

Schöne und erholsame Ferien wünschen Euch Eure Trainerinnen und Trainer vom SVL.

Ferienplan im Internet: https://www.svlohhof.de/sportangebot-turnen

Danach gilt wieder das aktuelle Kursangebot.