

# Turn- und Sportverein Jahn Freising 1861 e.V.

## Sommerferien 2022

01.08.2022 - 12.09.2022



Wann	Was	Wo	Übungsleiter
<b>Montag 01.08.2022</b>			
17.00 - 18.00	BBP	Jahnhalle	Ute Hanauer
18.00 - 19.00	Rückenfit	Jahnhalle	Ute Hanauer
<b>Dienstag 02.08.2022</b>			
11.00 - 12.15	Aktiv und fit 50+	Jahnhalle	Agathe Wagner
17.00 - 18.00	Starke Mitte (bei trockenem Wetter)	Savoyer Au	Wagner Agathe
16.00 - 21.30	Turnen	Jahnhalle	Trainerteam
18.15 - 19.45	Nordic walking am Abend	Treffpunkt Kepserstr. FS	Agathe Wagner
<b>Mittwoch 03.08.2022</b>			
18.00 - 19.00	Athletiktraining (bei schlechtem Wetter Jahnhalle)	Jahnwiese	Farina Boosz
18.00 - 19.00	Rehasport Orthopädie	Jahnhalle	Lena Schneider
19.00 - 20.00	Strong Nation®	Jahnhalle	Lena Schneider
<b>Donnerstag 04.08.2022</b>			
6.30 Uhr	Early bird - Morgenlauf	Treffpunkt: Bewegungsparcours Fürstendamm	Farina Boosz
9:00 - 10:00	Eltern-Kind-Turnen	Jahnhalle	Steffi Wiesheu
10:00 - 11:00	Eltern-Kind-Turnen	Jahnhalle	Steffi Wiesheu
15:30 - 17:00	Basketball	Jahnhalle	Michi Ruis
17:00 - 18:30	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
18:30 - 20:00	Herzsport	Jahnhalle klein	Trainerteam
18:45 - 20:00	Jumping Fitness mit Kräftigung	Jahnhalle	Verena Breu
<b>Freitag 05.08.2022</b>			
8.30 - 10.30	Nordic-Walking-Treff am Morgen	Parkplatz Plantage	Irene Kammerloher
13.45 - 14.45	Step	Jahnhalle	Verena Breu
14.45 - 16.00	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
16.00 - 21.30	Turnen	Jahnhalle	Trainerteam
<b>Samstag 06.08.2022</b>			
<b>Sonntag 07.08.2022</b>			
09.30 - 10.30	Jumping Fitness	Jahnhalle	Verena Breu
10.45 - 12.15	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
<b>Montag 08.08.2022</b>			
19.00 - 20.00	Best Ager	Jahnhalle	Ennemann Martina
<b>Dienstag 09.08.2022</b>			
11.00 - 12.15	Aktiv und fit 50+	Jahnhalle	Agathe Wagner
17.00 - 18.00	Starke Mitte (bei trockenem Wetter)	Savoyer Au	Agathe Wagner
16.00 - 21.30	Turnen	Jahnhalle	Trainerteam
18.15 - 19.45	Nordic walking am Abend	Treffpunkt Turnhalle Grundschule Kepserstraße	Agathe Wagner
<b>Mittwoch 10.08.2022</b>			
18.00 - 19.00	Athletiktraining (bei schlechtem Wetter Jahnhalle)	Jahnwiese	Farina Boosz
18.00 - 19.00	Reha-Sport-Wirbelsäulengruppe	Jahnhalle klein	Lena Schneider
19.00 - 20.00	Strong Nation®	Jahnhalle groß	Lena Schneider
<b>Donnerstag 11.08.2022</b>			
6.30 Uhr	Early bird - Morgenlauf	Treffpunkt: Bewegungsparcours Fürstendamm	Farina Boosz
9:00 - 10:00	Eltern-Kind-Turnen	Jahnhalle	Steffi Wiesheu
10:00 - 11:00	Eltern-Kind-Turnen	Jahnhalle	Steffi Wiesheu
17:00 - 18:30	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
18:30 - 20:00	Herzsport	Jahnhalle klein	Monika Neumayer
18:45 - 20:00	Jumping Fitness mit Kräftigung	Jahnhalle	Verena Breu
20:00 - 22:00	Selbstverteidigung	Jahnhalle groß	Christian Denk/Anita Sebestyen
<b>Freitag 12.08.2022</b>			
8.30 - 10.30	Nordic-Walking-Treff am Morgen	Parkplatz Plantage	Irene Kammerloher
09.00 - 10.00	Body and Back	Jahnhalle	Martina Ennemann
13.45 - 14.45	Bodyfit	Jahnhalle	Verena Breu
14.45 - 16.00	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
16.00 - 21.30	Turnen	Jahnhalle	Trainerteam
<b>Samstag 13.08.2022</b>			
9:00 - 10:00	Drums Alive	Jahnhalle	Stingl Sandra und Christian
<b>Montag 15.08.2022 -Feiertag-</b>			
<b>Dienstag 16.08.2022</b>			
11.00 - 12.15	Aktiv und fit 50+	Jahnhalle	Ute Hanauer
16.00 - 21.30	Turnen	Jahnhalle	Trainerteam
<b>Mittwoch 17.08.2022</b>			
18.00 - 19.00	Reha-Sport-Wirbelsäulengruppe	Jahnhalle	Lena Schneider
18.00 - 19.00	Athletiktraining (bei schlechtem Wetter Jahnhalle)	Jahnwiese	Farina Boosz
19.00 - 20.00	Strong Nation®	Jahnhalle	Lena Schneider

<b>Donnerstag 18.08.2022</b>			
6.30 Uhr	Early bird - Morgenlauf	Treffpunkt: Bewegungsparcours Fürstendamm	Farina Boosz
9:00 - 10.00	Eltern-Kind-Turnen	Jahnhalle	Steffi Wiesheu
10.00 - 11.00	Eltern-Kind-Turnen	Jahnhalle	Steffi Wiesheu
17.00 - 18.30	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
18.30 - 20.00	Herzsport	Jahnhalle klein	Trainerteam
18.45 - 20.00	Jumping Fitness mit Kräftigung	Jahnhalle	Verena Breu
<b>Freitag 19.08.2022</b>			
8.30 - 10.30	Nordic-Walking-Treff am Morgen	Parkplatz Plantage	Irene Kammerloher
09.00 - 10.00	Body and Back	Jahnhalle	Martina Ennemann
13.45 - 14.45	Step	Jahnhalle	Verena Breu
14.45 - 16.00	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
16.00 - 21.30	Turnen	Jahnhalle	Trainerteam
<b>Samstag 20.08.2022</b>			
<b>Sonntag 21.08.2022</b>			
09.30-10.30	Jumping Fitness	Jahnhalle	Breu Verena
10.45-12.15	Pilates	Jahnhalle	Breu Verena
<b>Montag 22.08.2022</b>			
17.00 - 18.00	BBP	Jahnhalle	Ute Hanauer
18.00 - 19.00	Rückenfit	Jahnhalle	Ute Hanauer
19.00 - 20.00	Best Ager	Jahnhalle	Martina Ennemann
20.00 - 21.30	Rücken fit	Jahnhalle	Katrin Handgrödingler de Ruiz
<b>Dienstag 23.08.2022</b>			
11.00 - 12.15	Aktiv und fit 50+	Jahnhalle	Ute Hanauer
16.00 - 21.30	Turnen	Jahnhalle	Trainerteam
<b>Mittwoch 24.08.2022</b>			
18.00 - 19.00	Rehasport- Wirbelsäulengruppe	Jahnhalle	Guevara de Kemény
18.00 - 19.00	Athletiktraining (bei schlechtem Wetter Jahnhalle)	Jahnwiese	Farina Boosz
<b>Donnerstag 25.08.2022</b>			
6.30 Uhr	Early bird - Morgenlauf	Treffpunkt: Bewegungsparcours Fürstendamm	Farina Boosz
17.00 - 18.30	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
18.30 - 20.00	Herzsport	Jahnhalle klein	Trainerteam
18.45 - 20.00	Jumping Fitness mit Kräftigung	Jahnhalle	Verena Breu
20.00 - 22.00	Selbstverteidigung	Jahnhalle	Christian Denk/Anita Sebestyen
<b>Freitag 26.08.2022</b>			
8.30 - 10.30	Nordic-Walking-Treff am Morgen	Parkplatz Plantage	Irene Kammerloher
09.00 - 10.00	Body and Back	Jahnhalle	Martina Ennemann
13.45 - 14.45	Bodyfit	Jahnhalle groß	Breu Verena
14.45 - 16.00	Pilates	Jahnhalle groß	Breu Verena
16.00 - 21.30	Turnen	Jahnhalle	Trainerteam
<b>Samstag 27.08.2022</b>			
<b>Sonntag 28.08.2022</b>			
09.30 - 10.30	Jumping Fitness	Jahnhalle groß	Breu Verena
10.45 - 12.15	Pilates	Jahnhalle groß	Breu Verena
<b>Montag 29.08.2022</b>			
17.00 - 18.00	BBP	Jahnhalle	Ute Hanauer
18.00 - 19.00	Rückenfit	Jahnhalle	Ute Hanauer
19.00 - 20.00	Best Ager	Jahnhalle	Martina Ennemann
20.00 - 21.30	Rückenfit	Jahnhalle	Katrin Handgrödingler de Ruiz
<b>Dienstag 30.08.2022</b>			
11.00 - 12.15	Aktiv und Fit 50+	Jahnhalle	Ute Hanauer
17.00 - 18.00	Starke Mitte (bei trockenem Wetter)	Savoyer Au	Agathe Wagner
16.00 - 21.30	Turnen	Jahnhalle	Trainerteam
18.15 - 19.45	Nordic Walking am Abend	Treffpunkt Turnhalle Grundschule Kepserstraße	Agathe Wagner
<b>Mittwoch 31.08.2022</b>			
18.00 - 19.00	Reha-Sport-Wirbelsäulengruppe	Jahnhalle	Guevara de Kemény
19.00 - 20.00	Strong Nation ®	Jahnhalle	Lena Schneider
<b>Donnerstag 01.09.2022</b>			
17.00 - 18.30	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
18.30 - 20.00	Herzsport	Jahnhalle klein	Trainerteam
18.45 - 20.00	Jumping Fitness mit Kräftigung	Jahnhalle	Verena Breu
<b>Freitag 02.09.2022</b>			
8.30 - 10.30	Nordic-Walking-Treff am Morgen	Plantage	Irene Kammerloher
09.00 - 10.00	Body and Back	Jahnhalle	Martina Ennemann
13.45 - 14.45	Step	Jahnhalle	Verena Breu
14.45 - 16.00	Rückenfit	Jahnhalle	Verena Breu
16.00 - 21.30	Turnen	Jahnhalle	Trainerteam
<b>Samstag 03.09.2022</b>			
09.00 - 10.00	Drums Alive	Jahnhalle	Stingl Sandra und Christian
<b>Sonntag 04.09.2022</b>			
09.30 - 10.30	Jumping Fitness	Jahnhalle	Verena Breu
10.45 - 12.15	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
<b>Montag 05.09.2022</b>			

19.00 - 20.00	<b>Best Ager</b>	Jahnhalle	Martina Ennemann
20.00 - 21.30	<b>Rücken fit</b>	Jahnhalle	Katrin Handgrödingler de Ruiz
<b>Dienstag 06.09.2022</b>			
11.15 - 12.30	<b>Aktiv und Fit 50 +</b>	Jahnhalle	Agathe Wagner
17.00 - 18.00	<b>Starke Mitte</b> (bei trockenem Wetter)	Savoyer Au	Agathe Wagner
16.00 - 21.30	<b>Turnen</b>	Jahnhalle	Trainerteam
18.15 - 19.45	<b>Nordic Walking am Abend</b>	Treffpunkt Turnhalle Grundschule Kepserstraße	Agathe Wagner
<b>Mittwoch 07.09.2022</b>			
18.00 - 19.00	<b>Athletiktraining</b> (bei schlechtem Wetter Jahnhalle)	Jahnwiese	Farina Boosz
18.00 - 19.00	<b>Reha-Sport-Wirbelsäulengruppe</b>	Jahnhalle	Guevara de Kemény
19.00 - 20.00	<b>Strong Nation ®</b>	Jahnhalle	Lena Schneider
<b>Donnerstag 08.09.2022</b>			
17.00 - 18.30	<b>Pilates</b>	Jahnhalle	Verena Breu
18.30 - 20.00	<b>Herzsport</b>	Jahnhalle klein	Trainerteam
18.45 - 20.00	<b>Jumping Fitness mit Kräftigung</b>	Jahnhalle	Verena Breu
20.00 - 22.00	<b>Selbstverteidigung</b>	Jahnhalle	Anita/Christian
<b>Freitag 09.09.2022</b>			
8.30 - 10.30	<b>Nordic-Walking-Treff am Morgen</b>	Parkplatz Plantage	Irene Kammerloher
09.00 - 10.00	<b>Body and Back</b>	Jahnhalle	Martina Ennemann
15.30 - 17.00	<b>Basketball</b>	Jahnhalle	Michi Ruis
17.00 - 21.30	<b>Turnen</b>	Jahnhalle	Trainerteam
<b>Montag 12.09.2022</b>			
9:00 - 10.00	<b>Eltern-Kind-Turnen</b>	Jahnhalle	Andy Stieler
10.00 - 11.00	<b>Eltern-Kind-Turnen</b>	Jahnhalle	Andy Stieler
17.00 - 18.00	<b>Bodystyling</b>	Jahnhalle	Ute Hanauer
18.00 - 19.00	<b>Bewegter rücken</b>	Jahnhalle	Ute Hanauer
19.00 - 20.00	<b>Best Ager</b>	Jahnhalle	Martina Ennemann
20.00 - 21.30	<b>Rückenfit</b>	Jahnhalle	Katrin Handgrödingler de Ruiz