

Angebote der Abteilung Gymnastik/Turnen DJK SV Griesstätt e.V.

Eltern-Kind-Turnen

alle 2 Wochen ab 29.09.2025
im Wechsel mit Kinderturnen
Montag 16:00 – 17:00 Uhr
Übungsleiterin: Maria Lenz (0151 56050071)

Kinderturnen (ca. 4 - 7 Jahre, ohne Eltern)

alle 2 Wochen ab 22.09.2025
im Wechsel mit Eltern-Kind-Turnen
Montag 16:00 – 17:00 Uhr
Übungsleiterin: Sigrid Blank (0171 3171930)

Geräteturnen für Schulkinder

Freitag Anfänger 15:00 – 16:30 Uhr
Geübte 16:00 – 18:00 Uhr
Übungsleiterin: Martina Adrians (08039 907312
oder 0151/25540009)

Präventive Wirbelsäulengymnastik

Montag 8:15 – 9:30 Uhr und
19:30 – 21:00 Uhr
Übungsleiterin: Irene Lindner (08039 1357)

Funktionelle Gymnastik/Step-Aerobic

Dienstag 19:00 – 20:00 Uhr
Übungsleiterinnen: Sabine Kaiser (08039 9216)
und Lisa Fink (08039 3714)

Funktionelles Training/ Fit durch den Winter

ab 07.10.2025 bis Ende März 2026
Dienstag 20:15 – 21:15 Uhr
Übungsleiterinnen: Sabine Kaiser (08039 9216)
und Lisa Fink (08039 3714)

Pilates (10 Einheiten)

☞ im Sporttreff Dengel, Am Leitenfeld 11
☞ nur mit Anmeldung
☞ ab 01.10.2025
Mittwoch 1. Kurs 17:45 – 18:45 Uhr
2. Kurs 19:00 – 20:00 Uhr
Übungsleiterinnen: Sabine Kaiser (08039
9216) und Lisa Fink (08039 3714)
☞ Gebühr je Kurs: 25 € Vereinsmitglieder
50 € Nichtmitglieder

**Wir suchen Übungsleiter/innen in
allen Bereichen. Bei Interesse
jederzeit gerne melden.**

Auskünfte erteilt Martina Adrians, Abteilungsleiterin Gymnastik/Turnen,
☎ 08039 907312 oder 0151 25540009 bzw. gymnastik@djksv-griesstaett.net