

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

Eltern-Kind-Turnen

Montag 15:30 – 16:15 Uhr

Übungsleiter: Christine Mehling (0176 32832123) und
Paul Springer (0162 1513947)

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

Montag 16:30 – 17:15 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 – 9:45 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

☞ neuer Kurs startet im Herbst 2026

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 ie Kurs: 25 € nur für Mitglieder

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