

Sommerferienplan 2019

27.07. bis 09.09.2019

Die Geschäftsstelle ist vom 29.07. - 09.09.19 geschlossen.

SA 27.07.	08:00 - 10:00 09:00 - 18:00 10:00 - 12:00 10:00 - 12:00 10:15 - 11:45 12:00 - 14:00 13:00 - 18:00	Parkour 8-12 Jahren Gruppe 1 Tischtennis Vereinsmeisterschaft Badminton Karate Spezialtraining Parkour 9-12 Jahren Gruppe 2 Parkour 13-einschl. Erw. Tanzen	Halle A Halle B+C Halle C Gym.Raum Halle A Halle A Gym.Raum	L. Kesting G. Heß E. Mair A. Pippig L. Kesting L. Kesting A. Werner
SO 28.07.	10:00 - 14:00 10:00 - 14:00 18:00 - 22:00	Badminton Fitness Futsal	Halle A+B+C Fitness Raum Halle A+B+C	L. Wasmer Trainer Team F. Fischer
MO 29.07.	08:00 - 12:00 08:00 - 16:00 09:00 - 10:00 10:15 - 11:00 11:00 - 12:00 15:30 - 17:00 17:00 - 22:00 18:00 - 22:30 19:00 - 20:00 19:00 - 20:00 19:30 - 21:30	Fitness Erlebniscamp Gesundheitsgymnastik Fit60+ Ballsport Powergymnastik ●●●●● Fitness Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene Lederhosentraining laufgruppe alle Stärken Karate	Fitness Raum Halle A+B Gym.Raum Gym.Raum Halle C Halle C Fitness Raum Halle B+C Outdoor Outdoor Gym.Raum	M. Jerzewski L. Linkenheil M. Brabec M. Brabec G. Behrens P. Stegherr Y. Colberg G. Heß M. Quirling D. Jenne T. Schweizer
DI 30.07.	08:00 - 09:00 08:00 - 16:00 09:00 - 10:00 17:30 - 19:00 18:00 - 22:00 19:00 - 20:00 19:00 - 20:30 20:00 - 22:00 20:30 - 22:00	Wirbelsäulentraining Erlebniscamp Fit & Fun Powergymnastik ●●●●● Badminton After Work Volleyball U18M Volleyball TV Planegg Damen Volleyball Freizeit Mixed	Halle C Halle A+B Halle C Halle C Halle A Halle C Halle B Halle B Halle C	M. Schönberger L. Linkenheil M. Schönberger P. Stegherr L. Wasmer N. Griebshammer E. Kaltenmark S. Lehmann J. Vogel
MI 31.07.	08:00 - 12:00 08:00 - 14:00 08:30 - 09:30 09:30 - 10:00 10:00 - 11:00 11:00 - 12:00 17:00 - 22:00 18:00 - 20:00 18:00 - 19:00 19:00 - 20:00 20:00 - 21:00 20:00 - 22:00 20:30 - 22:30	Fitness Geräteinspektion Fit in den Tag - Mix Workout Stretch & Relax Rundum Fit ●●●●● Ballsport Fitness Volleyball TV Planegg Damen Cardio Work ●●●●● BBP (Bau/Beine/Po) Langhanteltraining Basketball Erwachsene Futsal	Fitness Raum Halle A Gym.Raum Gym.Raum Gym.Raum Halle C Fitness Raum Halle B+C Halle A Halle A Gymn.Raum Halle C Halle A+B	M. Jerzewski G. Endhardt A. Daimer A. Daimer A. Daimer G. Behrens F. Eichinger S. Lehmann M. Quirling M. Quirling S. Angerer B. Pavestorf F. Fischer
DO 01.08.	08:30 - 09:30 08:00 - 16:00 08:30 - 09:30 09:00 - 10:00 10:00 - 11:00 18:00 - 22:30 19:00 - 21:00 20:00 - 22:00	Nordic Walking alle Stärken Erlebniscamp Powergymnastik Gesundheitsgymnastik Fit60+ Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene Karate Einsteiger Volleyball Freizeit Mixed	Outdoor Halle A+B Halle C Gym.Raum Gym.Raum Halle A+B Gym.Raum Halle C	G. Molewski L. Linkenheil M. Quirling M. Brabec M. Brabec G. Heß T. Schweizer J. Vogel
FR 02.08.	08:00 - 09:00 08:00 - 16:00 09:00 - 10:00 11:00 - 12:00 17:00 - 22:00 18:00 - 22:00 20:00 - 22:00 20:00 - 22:00	Fit + Fun Erlebniscamp Core Balance Ballsport Fitness Badminton Volleyball TV Planegg Damen Volleyball U18 männlich	Gym.Raum Halle A+B Gym.Raum Halle C Fitness Raum Halle A+B Halle A o. B Halle C	M. Schönberger L. Linkenheil M. Schönberger G. Behrens Trainer Team L. Wasmer S. Lehmann E. Kaltenmark
SA 03.08.	08:00 - 10:00 10:00 - 11:30 10:00 - 12:00 10:00 - 14:00 10:15 - 11:45 12:00 - 14:00 14:00 - 18:00 18:00 - 22:00	Parkour 8-12 Jahren Gruppe 1 Laufgruppe alle Stärken Karate Spezialtraining Badminton Parkour 9-12 Jahren Gruppe 2 Parkour 13-einschl. Erw. Tischtennis Kinder/Jugend & Erwachsene Volleyball	Halle A+B Westpark Gym.Raum Halle C Halle A+B Halle A+B Halle B+C Halle B	L. Kesting D. Jenne A. Pippig E. Mair L. Kesting L. Kesting G. Heß N. Csontos
SO 04.08.	10:00 - 14:00 10:00 - 14:00	Badminton Fitness	Halle A+B+C Fitness Raum	L. Wasmer Trainer Team
MO 05.08.	08:00 - 12:00 11:00 - 12:00 15:30 - 17:00 17:00 - 22:00 18:00 - 22:30 19:00 - 20:00 19:00 - 20:00	Fitness Ballsport ●●●●● Powergymnastik ●●●●● Fitness Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene Laufgruppe Lederhosentraining	Fitness Raum Halle C Halle C Fitness Raum Halle B+C Outdoor Outdoor	M. Jerzewski G. Behrens P. Stegherr Y. Colberg G. Heß D. Jenne M. Quirling

19:30 - 21:30 Karate
20:00 - 22:00 Volleyball TV Planegg Damen

Gym.Raum
Halle A

T. Schweizer
S. Lehmann

DI 06.08.	08:00 - 09:00	Wirbelsäulentraining	Halle C	M. Schönberger
	09:00 - 10:00	Fit & Fun	Halle C	M. Schönberger
	17:30 - 19:00	Powergymnastik ●●●●●	Halle C	P. Stegherr
	18:00 - 22:00	Badminton	Halle A	L. Wasmer
	19:00 - 20:00	After Work	Halle C	N. Griebshammer
	19:00 - 20:30	Volleyball U18M	Halle B	E. Kaltenmark
	20:00 - 22:00	Volleyball TV Planegg Damen	Halle B	S. Lehmann
	20:30 - 22:00	Volleyball Freizeit Mixed	Halle C	J. Vogel
MI 07.08.	08:00 - 12:00	Fitness	Fitness Raum	M. Jerzewski
	08:30 - 09:30	Fit in den Tag - Mix Workout	Gym.Raum	A. Daimer
	09:30 - 10:00	Stretch & Relax	Gym.Raum	A. Daimer
	10:00 - 11:00	Rundum Fit ●●●●●	Gym.Raum	A. Daimer
	11:00 - 12:00	Ballsport	Halle C	G. Behrens
	16:30 - 17:30	Flexibar meet Bodyworkout	Gym.Raum	J. Paschke-Grüßlinger
	17:00 - 22:00	Fitness	Fitness Raum	F. Eichinger
	17:30 - 18:30	Bauch & Rücken intensiv	Gym.Raum	J. Paschke-Grüßlinger
	18:00 - 20:00	Volleyball TV Planegg Damen	Halle B+C	S. Lehmann
	18:00 - 19:00	Cardio Workout	Halle A	M. Quirling
	19:00 - 20:00	BBP (Bau/Beine/Po)	Halle A	M. Quirling
	20:00 - 21:00	Langhanteltraining	Gymn.Raum	S. Angerer
20:00 - 22:00	Basketball Erwachsene	Halle C	B. Pavestorf	
DO 08.08.	08:30 - 09:30	Nordic Walking alle Stärken	Outdoor	G. Molewski
	08:30 - 09:30	Powergymnastik	Halle C	M. Quirling
	18:00 - 19:00	Bewegter Rücken	Halle C	J. Paschke-Grüßlinger
	18:00 - 22:30	Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene	Halle A+B	G. Heß
	19:00 - 20:00	Functional Training	Halle C	J. Paschke-Grüßlinger
	19:00 - 21:00	Karate Einsteiger	Gym.Raum	T. Schweizer
	20:00 - 22:00	Volleyball Freizeit Mixed	Halle C	J. Vogel
FR 09.08.	08:00 - 09:00	Fit + Fun	Gym.Raum	M. Schönberger
	09:00 - 10:00	Core Balance	Gym.Raum	M. Schönberger
	11:00 - 12:00	Ballsport	Halle C	G. Behrens
	17:00 - 22:00	Fitness	Fitness Raum	Trainer Team
	18:00 - 22:00	Badminton	Halle A+B	L. Wasmer
	20:00 - 22:00	Volleyball TV Planegg Damen	Halle A o. B	S. Lehmann
	20:00 - 22:00	Volleyball U18 männlich	Halle C	E. Kaltenmark
SA 10.08.	08:00 - 10:00	Parkour 8-12 Jahren Gruppe 1	Halle A+B	L. Kesting
	10:00 - 11:30	Laufgruppe	Westpark	D. Jenne
	10:00 - 12:00	Karate Spezialtraining	Gym.Raum	A. Pippig
	10:00 - 14:00	Badminton	Halle C	E. Mair
	10:15 - 11:45	Parkour 9-12 Jahren Gruppe 2	Halle A+B	L. Kesting
	12:00 - 14:00	Parkour 13-einschl. Erw.	Halle A+B	L. Kesting
	14:00 - 18:00	Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene	Halle B+C	G. Heß
	18:00 - 22:00	Volleyball	Halle B	N. Csontos
SO 11.08.	10:00 - 14:00	Badminton	Halle A+B+C	L. Wasmer
	10:00 - 14:00	Fitness	Fitness Raum	Trainer Team


MO 12.08.	08:00 - 12:00 11:00 - 12:00 15:30 - 17:00 17:00 - 22:00 18:00 - 19:15 18:00 - 22:30 19:00 - 20:00 19:00 - 20:00 20:00 - 22:00	Fitness Ballsport ●●●●● Powergymnastik ●●●●● Fitness Fitness Workout Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene Laufgruppe Lederhosentraining Volleyball TV Planegg Damen	Fitness Raum Halle C Halle C Fitness Raum Gym.Raum Halle B+C Outdoor Outdoor Halle A	M. Jerzewski G. Behrens P. Stegherr Y. Colberg C. Merten G. Heß D. Jenne M. Quirling S. Lehmann
DI 13.08.	17:30 - 19:00 18:00 - 22:00 19:00 - 20:00 20:00 - 22:00 20:30 - 22:00	Powergymnastik ●●●●● Badminton After Work Volleyball TV Planegg Damen Volleyball Freizeit Mixed	Halle C Halle A Halle C Halle B Halle C	P. Stegherr L. Wasmer N. Griebshammer S. Lehmann J. Vogel
MI 14.08.	08:00 - 12:00 08:30 - 09:30 09:30 - 10:00 10:00 - 11:00 11:00 - 12:00 17:00 - 22:00 18:00 - 20:00 18:00 - 19:00 19:00 - 20:00 20:00 - 22:00	Fitness Fit in den Tag - Mix Workout Stretch & Relax Rundum Fit ●●●●● Ballsport ●●●●● Fitness Volleyball TV Planegg Damen Cardio Workout BBP (Bau/Beine/Po) Basketball Erwachsene	Fitness Raum Gym.Raum Gym.Raum Gym.Raum Halle C Fitness Raum Halle B+C Halle A Halle A Halle C	M. Jerzewski A. Daimer A. Daimer A. Daimer G. Behrens F. Eichinger S. Lehmann M. Quirling M. Quirling B. Pavestorf
DO 15.08.	08:30 - 09:30 18:00 - 22:30 19:00 - 22:30 20:00 - 22:00	Nordic Walking alle Stärken Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene Tischtennis Freies Training & 2h Systemtraining Volleyball Freizeit Mixed	Outdoor Halle A+B Halle A+B Halle C	G. Molewski G. Heß G. Heß J. Vogel
FR 16.08.	11:00 - 12:00 17:00 - 22:00 18:00 - 22:00 20:00 - 22:00	Ballsport Fitness Badminton Volleyball TV Planegg Damen	Halle C Fitness Raum Halle A+B+C Halle A o. B	G. Behrens Trainer Team L. Wasmer S. Lehmann
SA 17.08.	08:00 - 10:00 10:00 - 11:30 10:00 - 14:00 10:15 - 11:45 12:00 - 14:00 14:00 - 18:00 18:00 - 22:00	Parkour 8-12 Jahren Gruppe 1 Laufgruppe Badminton Parkour 9-12 Jahren Gruppe 2 Parkour 13-einschl. Erw. Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene Volleyball	Halle A+B Westpark Halle C Halle A+B Halle A+B Halle B+C Halle B	L. Kesting D. Jenne E. Mair L. Kesting L. Kesting G. Heß N. Csontos
SO 18.08.	10:00 - 14:00 10:00 - 14:00	Badminton Fitness	Halle A+B+C Fitness Raum	L. Wasmer Trainer Team
MO 19.08.	08:00 - 12:00 11:00 - 12:00 15:30 - 17:00 17:00 - 22:00 18:00 - 19:15 18:00 - 22:30 19:00 - 20:00 19:00 - 20:00	Fitness Ballsport ●●●●● Powergymnastik ●●●●● Fitness Fitness Workout Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene Laufgruppe Lederhosentraining	Fitness Raum Halle C Halle C Fitness Raum Gym.Raum Halle B+C Outdoor Outdoor	M. Jerzewski G. Behrens P. Stegherr Y. Colberg C. Merten G. Heß D. Jenne N. Griebshammer
DI 20.08.	17:30 - 19:00 18:00 - 22:00 19:00 - 20:00 20:30 - 22:00	Powergymnastik ●●●●● Badminton After Work Volleyball Freizeit Mixed	Halle C Halle A Halle C Halle B+C	P. Stegherr L. Wasmer N. Griebshammer J. Vogel
MI 21.08.	08:00 - 12:00 08:30 - 09:30 09:30 - 10:00 10:00 - 11:00 11:00 - 12:00 16:30 - 17:30 17:00 - 22:00 17:30 - 18:30 20:00 - 22:00 20:30 - 22:30	Fitness Fit in den Tag - Mix Workout Stretch & Relax Rundum Fit ●●●●● Ballsport ●●●●● Flexibar meet Bodyworkout Fitness Bauch & Rücken intensiv Basketball Erwachsene Futsal	Fitness Raum Gym.Raum Gym.Raum Gym.Raum Halle C Gym.Raum Fitness Raum Gym.Raum Halle C Halle A+B	M. Jerzewski A. Daimer A. Daimer A. Daimer G. Behrens J. Paschke-Grüßlinger F. Eichinger J. Paschke-Grüßlinger B. Pavestorf F. Fischer
DO 22.08.	08:30 - 09:30 08:30 - 09:30 18:00 - 19:00 18:00 - 22:30 19:00 - 20:00 20:00 - 22:00	Nordic Walking alle Stärken Powergymnastik Bewegter Rücken Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene Functional Training Volleyball Freizeit Mixed	Outdoor Halle C Halle C Halle A+B Halle C Halle C	G. Molewski M. Quirling J. Paschke-Grüßlinger G. Heß J. Paschke-Grüßlinger J. Vogel
FR 23.08.	11:00 - 12:00 17:00 - 22:00 18:00 - 22:00	Ballsport ●●●●● Fitness Badminton	Halle C Fitness Raum Halle A+B+C	G. Behrens Trainer Team L. Wasmer
SA 24.08.	08:00 - 10:00 10:00 - 11:30 10:00 - 14:00 10:15 - 11:45 12:00 - 14:00 14:00 - 18:00 18:00 - 22:00	Parkour 8-12 Jahren Gruppe 1 Laufgruppe Badminton Parkour 9-12 Jahren Gruppe 2 Parkour 13-einschl. Erw. Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene Volleyball	Halle A+B Westpark Halle C Halle A+B Halle A+B Halle B+C Halle B	L. Kesting D. Jenne E. Mair L. Kesting L. Kesting G. Heß N. Csontos

SO 25.08.

10:00 - 14:00 Badminton
10:00 - 14:00 Fitness
18:00 - 22:00 Futsal

Halle A+B+C L. Wasmer
Fitness Raum Trainer Team
Halle A+B+C F. Fischer

MO 26.08.	08:00 - 12:00	Fitness	Fitness Raum	M. Jerzewski
	11:00 - 12:00	Ballsport	Halle C	G. Behrens
	15:30 - 17:00	Powergymnastik	Halle C	P. Stegherr
	18:00 - 22:30	Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene	Halle B+C	G. Heß
	17:00 - 22:00	Fitness	Fitness Raum	Y. Colberg
	18:00 - 19:15	Fitness Workout	Gym.Raum	C. Merten
	19:00 - 20:00	Laufgruppe	Outdoor	D. Jenne
	19:00 - 20:00	Lederhosentraining	Outdoor	N. Griebshammer
DI 27.08.	17:30 - 19:00	Powergymnastik	Halle C	P. Stegherr
	18:00 - 22:00	Badminton	Halle A	L. Wasmer
	19:00 - 20:00	After Work	Halle C	N. Griebshammer
	20:30 - 22:00	Volleyball Freizeit Mixed	Halle B+C	J. Vogel
MI 28.08.	08:00 - 12:00	Fitness	Fitness Raum	M. Jerzewski
	11:00 - 12:00	Ballsport	Halle C	G. Behrens
	16:30 - 17:30	Flexibar meet Bodyworkout	Gym.Raum	J. Paschke-Grüßlinger
	17:00 - 22:00	Fitness	Fitness Raum	F. Eichinger
	17:30 - 18:30	Bauch & Rücken intensiv	Gym.Raum	J. Paschke-Grüßlinger
	20:00 - 22:00	Basketball Erwachsene	Halle C	B. Pavestorf
	20:30 - 22:30	Futsal	Halle A+B	F. Fischer
DO 29.08.	08:30 - 09:30	Nordic Walking alle Stärken	Outdoor	G. Molewski
	18:00 - 22:30	Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene	Halle A+B	G. Heß
	18:00 - 19:00	Bewegter Rücken	Halle C	J. Paschke-Grüßlinger
	19:00 - 20:00	Functional Training	Halle C	J. Paschke-Grüßlinger
	20:00 - 22:00	Volleyball Freizeit Mixed	Halle C	J. Vogel
FR 30.08.	11:00 - 12:00	Ballsport	Halle C	G. Behrens
	17:00 - 22:00	Fitness	Fitness Raum	Trainer Team
	18:00 - 22:00	Badminton	Halle A+B+C	L. Wasmer
SA 31.08.	18:00 - 22:00	Volleyball	Halle B	N. Csontos
	08:00 - 10:00	Parkour 8-12 Jahren Gruppe 1	Halle A+B	L. Kesting
	10:00 - 11:30	Laufgruppe	Westpark	D. Jenne
	10:00 - 12:00	Karate Spezialtraining	Gym.Raum	A. Pippig
	10:00 - 14:00	Badminton	Halle C	E. Mair
	10:15 - 11:45	Parkour 9-12 Jahren Gruppe 2	Halle A+B	L. Kesting
	12:00 - 14:00	Parkour 13-einschl. Erw.	Halle A+B	L. Kesting
	14:00 - 18:00	Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene	Halle B+C	G. Heß
SO 01.09.	10:00 - 14:00	Badminton	Halle A+B+C	L. Wasmer
	10:00 - 14:00	Fitness	Fitness Raum	Trainer Team
	18:00 - 22:00	Futsal	Halle A+B+C	F. Fischer
MO 02.09.	08:00 - 12:00	Fitness	Fitness Raum	M. Jerzewski
	11:00 - 12:00	Ballsport	Halle C	G. Behrens
	15:30 - 17:00	Powergymnastik	Halle C	P. Stegherr
	18:00 - 22:30	Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene	Halle B+C	G. Heß
	17:00 - 22:00	Fitness	Fitness Raum	Y. Colberg
	18:00 - 19:15	Fitness Workout	Gym.Raum	C. Merten
	19:30 - 21:30	Karate	Gym.Raum	T. Schweizer
DI 03.09.	17:30 - 19:00	Powergymnastik	Halle C	P. Stegherr
	18:00 - 22:00	Badminton	Halle A	L. Wasmer
	19:00 - 20:30	Volleyball U18M	Halle B	E. Kaltenmark
	20:30 - 22:00	Volleyball Freizeit Mixed	Halle B+C	J. Vogel
MI 04.09.	08:00 - 12:00	Fitness	Fitness Raum	M. Jerzewski
	16:30 - 17:30	Flexibar meet Bodyworkout	Gym.Raum	J. Paschke-Grüßlinger
	11:00 - 12:00	Ballsport ●●●●●	Halle C	G. Behrens
	17:00 - 22:00	Fitness	Fitness Raum	F. Eichinger
	17:30 - 18:30	Bauch & Rücken intensiv	Gym.Raum	J. Paschke-Grüßlinger
	20:00 - 21:00	Langhanteltraining	Gymn.Raum	S. Angerer
	20:00 - 22:00	Basketball Erwachsene	Halle C	B. Pavestorf
	20:30 - 22:30	Futsal	Halle A+B	F. Fischer
DO 05.09.	08:30 - 09:30	Nordic Walking alle Stärken	Outdoor	G. Molewski
	18:00 - 19:00	Bewegter Rücken	Halle C	J. Paschke-Grüßlinger
	18:00 - 22:30	Tischtennis Kinder, Jugendliche&Erwachsene	Halle A+B	G. Heß
	19:00 - 20:00	Functional Training	Halle C	J. Paschke-Grüßlinger
	19:00 - 21:00	Karate Einsteiger	Gym.Raum	T. Schweizer
	20:00 - 22:00	Volleyball Freizeit Mixed	Halle C	J. Vogel
FR 06.09.	11:00 - 12:00	Ballsport ●●●●●	Halle C	G. Behrens
	17:00 - 22:00	Fitness	Fitness Raum	Trainer Team
	18:00 - 22:00	Badminton	Halle A+B	L. Wasmer
	20:00 - 22:00	Volleyball U18 männlich	Halle C	E. Kaltenmark

SA 07.09.	08:00 - 19:00	Volleyball Turnier	Halle A+B+C	S. Witte
	10:00 - 12:00	Karate Spezialtraining	Gym.Raum	A. Pippig
	19:00 - 22:30	Tischtennis Kinder, Jugendliche&Erwachsene	Halle B+C	G. Heß
SO 08.09.	10:00 - 14:00	Badminton	Halle A+B+C	L. Wasmer
	10:00 - 14:00	Fitness	Fitness Raum	Trainer Team
MO 09.09.	08:00 - 12:00	Fitness	Fitness Raum	M. Jerzewski
	11:00 - 12:00	Ballsport 	Halle C	G. Behrens
	15:30 - 17:00	Powergymnastik	Halle C	P. Stegherr
	17:00 - 22:00	Fitness	Fitness Raum	Y. Colberg
	18:00 - 19:15	Fitness Workout	Gym.Raum	C. Merten
	18:00 - 22:00	Futsal	Halle A+B+C	F. Fischer
	18:00 - 22:30	Tischtennis Kinder/Jugendliche & Erwachsene	Halle B+C	G. Heß
19:00 - 20:00	Lederhosentraining	Outdoor	M. Quirling	

Rot markiert: Halle auf Grund von Wartungs- und Sanierungsarbeiten gesperrt.

Start bei Monika Brabec 16.9.