

Verantwortliche	Was	Wann	Wo	Wie?
Ständige	Sportangebote			
Heiner Holl	Männer 50+	Montags 20.00-22.00	Wühle Sporthalle	Max 10 Mann in einem Drittel
Nadine Schumacher	Frauen	Montags 20.00-21.00	Wühle- Turnhalle	Max. 20 TN
Gisela Schmid	Sie+Er Fit ins Alter	Dienstags 19.00 – 20.00	Wühle- Turnhalle	Max. 20 TN
Hans-Peter Sigel	Mitu Männer	Mittwochs 20.00-21.30	Wühle Sporthalle	Max.20 TN auf 2/3 der Halle
Sylvia Scheufele	Mitu Senioren	Mittwochs 20.00-21.30	Wühle Sporthalle	max 10 TN auf 1/3 d.Halle
Nadine Schumacher	Frauen	Mittwochs 20.00-21.00	Wühle Turnhalle	Max 20 TN
Corinna Pohl	Frauen Fitness	Donnerstags 19.00-20.00	Wühle Sporthalle	Bis 20 TN 1/3, dann 2/3 der Halle
Karin Gölz	Frauen	Freitags	LimburgGS	Max 10 TN
Kurse				
Regine Pfeifer	Hatha Yoga	Montags 17.30-19.00	Wühle Turnhalle	Max. 20 TN
Hans-Peter Sigel	Männerfitness	Montags 19.00-20.15	Wühle Sporthalle	Max 20 TN in 2/3 der Halle
Gisela Schmid	5-Esslinger	Dienstags 8.45-9.45	Lindach Sporthalle	Max. 20 TN in ganzer Halle
Gisela Schmid	5 Esslinger	9.45-10.45	Lindach Sporthalle	Max 20 TN in ganzer Halle
Martina Lutz	Rückenfit	Dienstags 18.45-19.45	LGS	max 10 TN
Martina Lutz	Pilates	Dienstags 20.10-21.00	Wühle Turnhalle	Max. 20 TN
Claudia Fürst	Fit Mix	Mittwochs 18.45-19.45 20.00-21.00	LGS	Gruppe wird in 2 Gruppen aufgeteilt max 10
Sylvia Scheufele	Problemzonen Rückengym.	Donnerstags	Lindach Sporthalle	Ganze Halle
Rainer Bartenbach	Yoga	Donnerstags 19.00-20.00	Wühle Turnhalle	Max 20 TN

Hygienekonzept Freizeit und Gesundheitssport ab 14.09.2020

- Der SARS- Fragebogen wird einmalig pro Teilnehmer ausgefüllt und in der Geschäftsstelle abgegeben.
- Wöchentlich wird eine Teilnehmerliste geführt und diese bis spätestens Freitag Abend an die Geschäftsstelle geschickt.
- Alle TeilnehmerInnen bringen eine eigene Gymnastikmatte mit.
- Die ÜbungsleiterInnen sind verantwortlich für die Einhaltung der Abstandsregeln im Allgemeinen von 1,5-2 Metern.
- Der DTB empfiehlt 2-4 Meter bei körperlichen Aktivitäten. Ebenso sollte laut DTB ohne Geräte trainiert werden. Es stehen Desinfektionsmittel bereit.
- Umkleiden und Duschen sind ebenfalls mit Abstand zu benutzen.
- Das Tragen einer Maske in den Gängen ist empfehlenswert.

Stand: 07.09.2020 gez. Hans-Peter Sigel, Referat Freizeit- und Gesundheitssport