



Trainingsplan des ASV Einigkeit Süchteln e.V.



Abteilung Gesundheitssport

Ansprechpartner

ASV Geschäftsstelle (02162/979731)

Gruppe	Jahrgang	Tag	Beginn	Ende	Sportstätte
Meditation I	Alle	Mo	19:00	20:00	Physiotherapie Mazaris, Gehlingsweg 1
Meditation II	Alle	Mo	20:00	21:00	Physiotherapie Mazaris, Gehlingsweg 1
Rückengymnastik I	Alle	Mi	19:00	20:00	Turnhalle Franziskusschule
Nordic Walking (Einsteigerkurs)	Erw.	Di	18:00	19:00	Sporthalle Johannes-Kepler-Realschule
Nordic Walking (Einsteigerkurs)	Erw.	Sa	9:00	10:00	Sporthalle Johannes-Kepler-Realschule
Nordic-Walking- / Walking-Treff	Alle	Mo	18:00	19:00	Parkplatz LKH
Nordic-Walking-Treff (Einsteiger)	Alle	Mi	19:45	20:45	Sporthalle Johannes-Kepler-Realschule
Nordic-Walking- / Walking-Treff	Alle	Do	18:00	19:15	Parkplatz LKH