

Donnerstag:

Senioren

60plus sanfte Fitness mit QiGong
Tanz, Gymnastik u. Spiel ab 17.15Uhr
GMG Schulturnhalle *
Tel. 09621-72773

* gegenüber AVIA Tankstelle!

Stepaerobic / Bodyworkout

Ab 18:00Uhr Berufsschule mit
Mercedes Materak

Turnerischer Mehrkampf

(Turnen plus Leichtathletik)
Jugendliche 10-14 Jahre;
18.00-19.30Uhr, Sept.-März
Luitpoldschule
April-Sept. im
Freien, plus Sport-
abzeichen



Freitag:

Leistungs,- Gerätturnen

Kinder mit Vorkenntnissen ab 10 J
17.00-19.30Uhr

Fitness Gym für Herren

Gymnastik mit Ballspielen
18:00Uhr GMG Schulturnhalle

TV 1861 Amberg

Die Turn- und Gymnastikabteilung mit
ihren knapp 300 Mitgliedern bietet
abwechslungsreiche und gesundheitsori-
entiertere, trendige Kurse bzw.
Trainingsstunden an



Spartenleitung

Reinhard Weber
Porschestraße 3 b
92245 Kümmerbruck
Tel. 09621 75207

reinhard.weber@tvamberg.de

stv. Spartenleitung

Peter Deml
Kirchensteig
92224 Amberg
Tel. 09621 420570

Deml-Amberg@t-online.de

**Aktuelle Trainingszeiten und Kursangebote auch
immer im Internet unter:**

www.tvamberg-turnen.de

Stand: 01.01.2018 — Änderungen vorbehalten



**MuKiTu - Kinderturnen,
Step und Bodyworkout
Winterfitness mit Circuit
und Sportspielen
Parcour**

**Rückenschulung
Aerobic/Streching
Nordic-Walking
Gerätturnen**

**55plus mit QiGong,
Seniorenport
Haltung und Bewegung
u.v.m.**



Achtung, teilw. Zuzahlung
von Krankenkassen bei
einigen unserer Kursangebote

Montag:

Damen

Gymnastik u. Rückenschule
ab 18.30Uhr Luitpoldschule



Damen und Herren

Haltung und Bewegung
ab 18.15 Uhr GMG Schulturnhalle *

Schüler/innen ab 7—12 Jahre

Gerätturnen, Sport u. Spiel, Spaß
ab 17.30Uhr
GMG Sporthalle

Mutter , Vater und Kind

1,5 bis 4 J

Bewegung, Spaß u. Spiel
ab 17.00Uhr GMG Schulturnhalle *

Kleinkinderturnen ca. 2-4 J

Elementare Bewegungserziehung
mit Mama / Papa



ab 17.30Uhr Luitpoldschule

Vorschulkinderturnen ca. 4-6 J

Kindgerechte Bewegungserziehung mit und ohne Geräte

ab 17.30Uhr

Dienstag:

Mädchen 7 bis 10 J

Turnen an Geräten
ab 17.00Uhr TriMax Halle 3

Gymnastik und Rückenschule

Gymnastik und Sportspiele
ab 18.30Uhr Dreifaltigkeitsschule
Halle 2

Ganzkörpergymnastik

ab 19.30Uhr Dreifaltigkeitsschule
Halle 2



Kinder 4-10

Gerätturnen
ab 17.00Uhr
Luitpoldschule

Power Fitness Training

Damen und Herren
19:30Uhr Luitpoldschule

Mittwoch:



Damen

Fit forever—forever young
ab 19.30Uhr Luitpoldschule

Fitte Seniorinnen mit Ganzkörpergymnastik
ab 20.00Uhr Albert-Schweitzer
Schule

Leistungs,- Gerätturnen

Kinder mit Vorkenntnissen ab 10 J,
17.30Uhr Luitpoldschule

Trakour Parcour

Schüler und Jugendliche
12-26 J
Präzision, Körperbeherrschung und jede Menge Spaß
18.30Uhr, GMG
Schulturnhalle *



WinterFitnessGym

Damen und Herren
ab 19.30 Uhr, GMG-Schulturnhalle * ,
Info für beide Sportstunden
Tel. 09621 75207, Reinhard Weber