

ESG-SPORTANGEBOTE KOMPAKT

Stand: 18.12.2025

KINDERSPORT			
Eltern-Kind-Turnen	Mi	16:30-17:15	Sporthalle GS Hägewiesen
Kinderturnen 4 - 6 Jahre	Mi	17:15-18:00	Sporthalle GS Hägewiesen
Kinderturnen 6 - 10 Jahre	Mi	18:00-19:00	Sporthalle GS Hägewiesen
ERWACHSENENSPORT FRAUEN UND MÄNNER			
Nordic Walking pausiert bis 01.03.2026	Mo	18:00-19:30	Treff vor der Sporthalle GS Hägewiesen
Rückenfit Mixed	Mo	16:30-17:30	Sporthalle GS Hägewiesen
Volleyball Hobby	Di	18:30-20:30	GS Fridtjof-Nansen-Schule, Große Halle
Fit für den Alltag I	Mi	16:15-17:15	Bewegungsraum GS Hägewiesen
Fit für den Alltag II	Mi	17:15-18:15	Bewegungsraum GS Hägewiesen
Pilates	Do	18:00-19:00	Begegnungszentrum Plauener Str. 23 A
SENIORENSPORT FRAUEN UND MÄNNER			
Fit mit 3000 Schritt	Mo	14:30-15:30	Treff Dornröschenweg hinter dem Wendeplatz an der Kita
Sanfte Gymnastik	Do	15:30-16:30	Begegnungszentrum Plauener Str. 23 A
Tanzgymnastik für Ältere	Do	16:45-17:45	Begegnungszentrum Plauener Str. 23 A
KURSANGEBOTE			
Sturzprophylaxe – Sicher stehen. Sicher gehen. Sturzfrei leben. in der Regel jeden ersten Samstag im Monat	Sa	09:30-11:00	Begegnungsstätte Plauener Str. 23 A

Ohne Gewähr						
Weihnachtsferien	Mo	22.12.2025	-	Mo	06.01.2026	
Zeugnisferien	Mo	02.02.2026	-	Di	03.02.2026	
Osterferien	Mo	23.03.2026	-	Di	07.04.2026	
Pfingstferien	Mo	26.05.2026	-	Di	26.05.2026	
Sommerferien	Do	02.07.2026	-	Mi	12.08.2026	
Herbstferien	Mo	12.10.2026	-	Fr	23.10.2026	
Weihnachtsferien	Mi	23.12.2026	-	Fr	08.01.2027	

In den Schulferien finden in der Regel keine Übungsstunden statt.