

# KURSE

## #WirLiebensport

Sommerferien Woche 1 2024

Gültig für den Zeitraum vom 29.07. - 02.08.24



MONTAG 29.07.2024	DIENSTAG 30.07.2024	MITTWOCH 31.07.2024	DONNERSTAG 01.08.2024	FREITAG 02.08.2024
<b>08:45 - 15:30 Uhr</b> Offenes Krafttraining* Fitnesskammerl	<b>08:45 - 15:30 Uhr</b> Offenes Krafttraining* Fitnesskammerl	<b>08:45 - 15:30 Uhr</b> Offenes Krafttraining* Fitnesskammerl	<b>08:45 - 15:30 Uhr</b> Offenes Krafttraining* Fitnesskammerl	<b>08:45 - 15:30 Uhr</b> Offenes Krafttraining* Fitnesskammerl
<b>9:30 - 10:30 Uhr</b> QiGong Gymnastikraum SFP	<b>8:15 - 9:15 Uhr</b> Step am Morgen Gymnastikraum SFP	<b>8:00 Uhr - 9:00 Uhr</b> Männeryoga Tennisheim	<b>9:00 Uhr - 10:00 Uhr</b> Progr. Muskel-Relaxation Gymnastikraum SFP	
	<b>9:25 Uhr - 10:25 Uhr</b> Ü55-Fit Sportparkhalle			
<b>18:00 Uhr - 21.00 Uhr</b> Frisbee Sportpark				
<b>18:45 - 19:45 Uhr</b> Outdoor FiT HIIT Tartanbahn Postweg	<b>18:40 Uhr - 19:40 Uhr</b> Step Aerobic Grundschule Dorfstraße			
	<b>19:45 Uhr - 20:45 Uhr</b> FitGym Grundschule Dorfstraße			
		<b>18:00 Uhr - 19:00 Uhr</b> Zumba Grundschule Dorfstraße	<b>18:00 Uhr - 21.00 Uhr</b> Frisbee Sportpark	
				<b>19:15 - 20:15 Uhr</b> TaiChi Gymnastikraum SFP

### ORTSBEZEICHNUNG

Bewegungszentrum = Eichenstraße 34 in Taufkirchen  
Grundschule Dorfstraße = Dorfstraße 24 in Taufkirchen  
Gymnastikraum SFP = Köglweg 99 in Taufkirchen  
Grundschule am Wald = Pappelstraße 1 in Taufkirchen  
Sportpark = Fußballplatz im Käfig, Köglweg 99 in Taufkirchen  
Sportparkhalle SFP= Köglweg 99 in Taufkirchen

### WEITERE FRAGEN?

**Dann melde dich bei Anja Brinkmann**

[Anja.Brinkmann@svdjktaufkirchen.de](mailto:Anja.Brinkmann@svdjktaufkirchen.de)

Offenes Training für Jeden! Zum Ausprobieren, kennenlernen und mitmachen! Keine Voranmeldung notwendig! Änderungen sind vorbehalten.

\*Das Fitnesskammerl ist in der 1., 5., und 6.Woche von 8:45 - 15:30 Uhr geöffnet, allerdings ist eine Benutzung nur erlaubt, nach einer erfolgten Einweisung

# KURSE

## #WirLiebensport

Sommerferien Woche 2 2024

Gültig für den Zeitraum vom 05.08. - 09.08.24



### MONTAG

05.08.2024

9:30 - 10:30 Uhr

QiGong

Gymnastikraum SFP

### DIENSTAG

06.08.2024

9:30 - 10:30 Uhr

Seniorenport

Sportparkhalle

### MITTWOCH

07.08.2024

8:00 Uhr - 9:00 Uhr

Männeryoga

Tennisheim

9:30 Uhr - 10:30 Uhr

VitalGym

Gymnastikraum SFP

### DONNERSTAG

08.08.2024

9:00 Uhr - 10:00 Uhr

Progr. Muskel-Relaxation

Gymnastikraum SFP

### FREITAG

09.08.2024

18:00 Uhr - 21.00 Uhr

Frisbee

Sportpark

18:45 - 19:45 Uhr

Outdoor FiT HIIT

Tartanbahn Postweg

18:40 Uhr - 19:40 Uhr

Step Aerobic

Grundschule Dorfstraße

19:45 Uhr - 20:45 Uhr

FitGym

Grundschule Dorfstraße

18:00 Uhr - 21.00 Uhr

Frisbee

Sportpark

19:15 - 20:15 Uhr

TaiChi

Gymnastikraum SFP

### ORTSBEZEICHNUNG

Bewegungszentrum = Eichenstraße 34 in Taufkirchen  
Grundschule Dorfstraße = Dorfstraße 24 in Taufkirchen  
Gymnastikraum SFP = Köglweg 99 in Taufkirchen  
Grundschule am Wald = Pappelstraße 1 in Taufkirchen  
Sportpark = Fußballplatz im Käfig, Köglweg 99 in Taufkirchen  
Sportparkhalle SFP= Köglweg 99 in Taufkirchen

### WEITERE FRAGEN?

Dann melde dich bei Anja  
Brinkmann

Anja.Brinkmann@svdjktaufkirchen.de

Offenes Training für Jeden! Zum Ausprobieren, kennenlernen und mitmachen! Keine Voranmeldung notwendig! Änderungen sind vorbehalten.

\*Das Fitnesskammerl ist in der 1., 5., Und 6.Woche von 8:45 - 15:30 Uhr geöffnet, allerdings ist eine Benutzung nur erlaubt, nach einer erfolgten Einweisung

# KURSE

#WirLiebensport

Sommerferien Woche 3 2024

Gültig für den Zeitraum vom 12.08. - 16.08.24



**MONTAG**

12.08.2024

**9:30 - 10:30 Uhr**

**QiGong**

Gymnastikraum SFP

**DIENSTAG**

13.08.2024

**9:30 Uhr - 10:30 Uhr**

**Senioren-sport**

Sportparkhalle

**MITTWOCH**

14.08.2024

**DONNERSTAG**

15.08.2024

**FEIERTAG**

**FREITAG**

16.08.2024

**18:00 Uhr - 21.00 Uhr**

**Frisbee**

Sportpark

**18:45 - 19:45 Uhr**

**Outdoor FiT HIIT**

Tartanbahn Postweg

**18:00 Uhr - 21.00 Uhr**

**Frisbee**

Sportpark

**19:15 - 20:15 Uhr**

**TaiChi**

Gymnastikraum SFP

**ORTSBEZEICHNUNG**

Bewegungszentrum = Eichenstraße 34 in Taufkirchen  
Grundschule Dorfstraße = Dorfstraße 24 in Taufkirchen  
Gymnastikraum SFP = Köglweg 99 in Taufkirchen  
Grundschule am Wald = Pappelstraße 1 in Taufkirchen  
Sportpark = Fußballplatz im Käfig, Köglweg 99 in Taufkirchen  
Sportparkhalle SFP= Köglweg 99 in Taufkirchen

**WEITERE FRAGEN?**

**Dann melde dich bei Anja  
Brinkmann**

[Anja.Brinkmann@svdjktaufkirchen.de](mailto:Anja.Brinkmann@svdjktaufkirchen.de)

Offenes Training für Jeden! Zum Ausprobieren, kennenlernen und mitmachen! Keine Voranmeldung notwendig! Änderungen sind vorbehalten.

\*Das Fitnesskammerl ist in der 1., 5., Und 6.Woche von 8:45 - 15:30 Uhr geöffnet, allerdings ist eine Benutzung nur erlaubt, nach einer erfolgten Einweisung

# KURSE

## #WirLiebensport

Sommerferien Woche 4 2024

Gültig für den Zeitraum vom 19.08. - 23.08.24



**MONTAG**

19.08.2024

**DIENSTAG**

20.08.2024

**MITTWOCH**

21.08.2024

**DONNERSTAG**

22.08.2024

**FREITAG**

23.08.2024

**9:30 - 10:30 Uhr**  
**QiGong**  
Sportparkhalle

**8:15 - 9:15 Uhr**  
**Step am Morgen**  
Sportparkhalle

**9:25 Uhr - 10:25 Uhr**  
**Ü55-Fit**  
Sportparkhalle

**18:00 Uhr - 21.00 Uhr**  
**Frisbee**  
Sportpark

**18:45 - 19:45 Uhr**  
**Outdoor FiT HIIT**  
Tartanbahn Postweg

**9:00 Uhr - 10:00 Uhr**  
**Progr. Muskel-Relaxation**  
Gymnastikraum SFP

**18:00 Uhr - 21.00 Uhr**  
**Frisbee**  
Sportpark

**19:15 - 20:15 Uhr**  
**TaiChi**  
Sportparkhalle

### ORTSBEZEICHNUNG

Bewegungszentrum = Eichenstraße 34 in Taufkirchen  
Grundschule Dorfstraße = Dorfstraße 24 in Taufkirchen  
Gymnastikraum SFP = Köglweg 99 in Taufkirchen  
Grundschule am Wald = Pappelstraße 1 in Taufkirchen  
Sportpark = Fußballplatz im Käfig, Köglweg 99 in Taufkirchen  
Sportparkhalle SFP= Köglweg 99 in Taufkirchen

### WEITERE FRAGEN?

**Dann melde dich bei Anja Brinkmann**

[Anja.Brinkmann@svdjktaufkirchen.de](mailto:Anja.Brinkmann@svdjktaufkirchen.de)

Offenes Training für Jeden! Zum Ausprobieren, kennenlernen und mitmachen! Keine Voranmeldung notwendig! Änderungen sind vorbehalten.

\*Das Fitnesskammerl ist in der 1., 5., und 6.Woche von 8:45 - 15:30 Uhr geöffnet, allerdings ist eine Benutzung nur erlaubt, nach einer erfolgten Einweisung

# KURSE

## #WirLiebensport

Sommerferien Woche 5 2024

Gültig für den Zeitraum vom 26.08. - 30.08.24



### MONTAG

26.08.2024

**08:45 - 15:30 Uhr**  
**Offenes Krafttraining\***  
Fitnesskammerl

**9:30 - 10:30 Uhr**  
**QiGong**  
Gymnastikraum SFP

**18:00 Uhr - 21.00 Uhr**  
**Frisbee**  
Sportpark

**18:45 - 19:45 Uhr**  
**Outdoor FiT HIIT**  
Tartanbahn Postweg

### DIENSTAG

27.08.2024

**08:45 - 15:30 Uhr**  
**Offenes Krafttraining\***  
Fitnesskammerl

**8:15 - 9:15 Uhr**  
**Step am Morgen**  
Gymnastikraum SFP

**9:25 Uhr - 10:25 Uhr**  
**Ü55-Fit**  
Sportparkhalle

**18:40 Uhr - 19:40 Uhr**  
**Step Aerobic**  
Grundschule Dorfstraße

**19:45 Uhr - 20:45 Uhr**  
**FitGym**  
Grundschule Dorfstraße

### MITTWOCH

28.08.2024

**08:45 - 15:30 Uhr**  
**Offenes Krafttraining\***  
Fitnesskammerl

### DONNERSTAG

29.08.2024

**08:45 - 15:30 Uhr**  
**Offenes Krafttraining\***  
Fitnesskammerl

**9:00 Uhr - 10:00 Uhr**  
**Progr. Muskel-Relaxation**  
Gymnastikraum SFP

**18:00 Uhr - 21.00 Uhr**  
**Frisbee**  
Sportpark

### FREITAG

30.08.2024

**08:45 - 15:30 Uhr**  
**Offenes Krafttraining\***  
Fitnesskammerl

**19:15 - 20:15 Uhr**  
**TaiChi**  
Gymnastikraum SFP

### ORTSBEZEICHNUNG

Bewegungszentrum = Eichenstraße 34 in Taufkirchen  
Grundschule Dorfstraße = Dorfstraße 24 in Taufkirchen  
Gymnastikraum SFP = Köglweg 99 in Taufkirchen  
Grundschule am Wald = Pappelstraße 1 in Taufkirchen  
Sportpark = Fußballplatz im Käfig, Köglweg 99 in Taufkirchen  
Sportparkhalle SFP= Köglweg 99 in Taufkirchen

### WEITERE FRAGEN?

**Dann melde dich bei Anja Brinkmann**

[Anja.Brinkmann@svdjktaufkirchen.de](mailto:Anja.Brinkmann@svdjktaufkirchen.de)

Offenes Training für Jeden! Zum Ausprobieren, kennenlernen und mitmachen! Keine Voranmeldung notwendig! Änderungen sind vorbehalten.

\*Das Fitnesskammerl ist in der 1., 5., und 6.Woche von 8:45 - 15:30 Uhr geöffnet, allerdings ist eine Benutzung nur erlaubt, nach einer erfolgten Einweisung

# KURSE

## #WirLiebensport

Sommerferien Woche 6 2024

Gültig für den Zeitraum vom 02.09. - 06.09.24



### MONTAG

02.09.2024

### DIENSTAG

03.09.2024

### MITTWOCH

04.09.2024

### DONNERSTAG

05.09.2024

### FREITAG

06.09.2024

**08:45 - 15:30 Uhr**  
**Offenes Krafttraining\***  
Fitnesskammerl

### ORTSBEZEICHNUNG

Bewegungszentrum = Eichenstraße 34 in Taufkirchen  
Grundschule Dorfstraße = Dorfstraße 24 in Taufkirchen  
Gymnastikraum SFP = Köglweg 99 in Taufkirchen  
Grundschule am Wald = Pappelstraße 1 in Taufkirchen  
Sportpark = Fußballplatz im Käfig, Köglweg 99 in Taufkirchen  
Sportparkhalle SFP= Köglweg 99 in Taufkirchen

**9:30 - 10:30 Uhr**  
**QiGong**  
Gymnastikraum SFP

**10:30 Uhr - 11:30 Uhr**  
**Seniorenport**  
Sportparkhalle

### WEITERE FRAGEN?

**Dann melde dich bei Anja Brinkmann**

[Anja.Brinkmann@svdjktaufkirchen.de](mailto:Anja.Brinkmann@svdjktaufkirchen.de)

**18:00 Uhr - 21.00 Uhr**  
**Frisbee**  
Sportpark

**18:45 - 19:45 Uhr**  
**Outdoor FiT HIIT**  
Tartanbahn Postweg

**19:00 - 20:00 Uhr**  
**Gymnastik**  
Grundschule Dorfstraße

**18:40 Uhr - 19:40 Uhr**  
**Step Aerobic**  
Grundschule Dorfstraße

**19:45 Uhr - 20:45 Uhr**  
**FitGym**  
Grundschule Dorfstraße

**18:00 Uhr - 19:00 Uhr**  
**Zumba**  
Grundschule Dorfstraße

**18:00 Uhr - 21.00 Uhr**  
**Frisbee**  
Sportpark

**19:15 - 20:15 Uhr**  
**TaiChi**  
Gymnastikraum SFP

Offenes Training für Jeden! Zum Ausprobieren, kennenlernen und mitmachen! Keine Voranmeldung notwendig! Änderungen sind vorbehalten.

\*Das Fitnesskammerl ist in der 1., 5., und 6.Woche von 8:45 - 15:30 Uhr geöffnet, allerdings ist eine Benutzung nur erlaubt, nach einer erfolgten Einweisung