



Gymnastik & Fitness

Ab Herbst gibt es wieder viele Angebote, für Klein und Groß, beim VfL Egenburg!

Die ganz kleinen treffen sich unter der Leitung von Evelyne und Kathrin am Freitag den 13.09.2019

zur gewohnten **Spielgruppenzeit**, von 9:30 – 11:00 Uhr, wieder!

Das Eltern-Kind-Turnen von Patrica und

das Kinderturnen von Carolin erwacht nach einer langen Sommerpause und starten am Dienstag den 17.09.2019!

Das **Eltern-Kind-Turnen** von 15:30 – 16:30 Uhr, für alle Kinder unter 4 Jahren,

und das **Kinderturnen** von 16:30 – 17:30 Uhr, für die Kindergartenkinder ab 4 Jahren!

Auch Sophia und Anna legen mit der **Ballschule** am Freitag den 13.09.2019 wieder los!

Die „Kleinen“ von 16:00 – 17:00 Uhr und die „Großen“ von 17:00 – 18:00 Uhr.

In der Schulturnhalle Odelzhausen startet Susi am Donnerstag den 19.09.2019

mit dem **Kinder-Geräteturnen**, von 16:00 – 17:00 Uhr.

Dance-Fitness geht ebenfalls in die nächste Runde. Wie gewohnt im zwei Wochen Rhythmus.

Ab September gibt es nur noch eine Dance-Fitness Gruppe für 5 – 10 Jährige, von 17:00 – 18:00 Uhr.

Die Kurse werden ab September von Julia und Jaqueline geleitet.

Los geht es am 18.09.2019 und weiter am 02.10., 16.10., 06.11., 20.11., 04.12., 18.12.!

Jan startet mit seiner **Taekwondo** – Gruppe in der zweiten Schulwoche am Mittwoch den 18.09.2019.

Ab September können wieder Kinder, ab 10 Jahren, aufgenommen werden. Bei Interesse nach den Ferien zum Schnuppern kommen.

Tanzen für Erwachsene bietet einen Kurs für Anfänger und Fortgeschrittene an, mit Kathi Keller und Udo Wendig.

Anmeldungen unter kathi.keller@gmx.net

Seit Juni bietet Thomas **Tai Chi & Qigong** beim VfL Egenburg an.

Wer ab September mit dabei sein möchte, meldet sich bei Thomas371@aol.com an!



Auch **Body und Flexi Fit** geht in die nächste Runde.

Mittwochabend ist bereits ausgebucht, aber für Montagvormittag gibt es noch paar wenige Plätze für Body und Flexi Fit. Los geht es Montag den 16.09.2019!

Wer Lust und Zeit hat dabei zu sein,

meldet sich bei

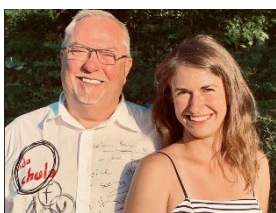
heisscarofit@gmail.com an!

Die **Damengymnastik** und das **Seniorenturnen**, unter der Leitung von

Marianne Trenkler, beenden nach den Ferien auch ihr Sommerprogramm und halten sich ab Donnerstag den 12.09.2019 wieder fit.

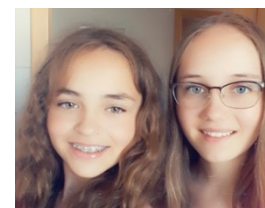
Die Senioren wie gewohnt von 9:00 – 10:00 Uhr und die Damen von 19:30 – 21:00 Uhr!

Unsere neuen Trainer:



Udo und Kathi kommen beide aus der Vorstandschaft des TSC Dancepoint Königsbrunn (Tanzsportclub). Udo ist der 1. Vorsitzende & Präsident und Kathi ist Abteilungsleiterin Standard/Latatin.

Jacqueline und Julia kommen aus der Dance-Fitness Gruppe von den Teens. Beide sind motivierte Tänzerinnen und freuen sich auf ihre neue Herausforderung. Jaqueline und Julia besuchten beide einen kleinen Crashkurs bei Carolin Heiß.



Thomas Martin ist 53 Jahre alt, hat 1993 die Ausbildung zum Meister für Allkamp-Jitsu absolviert, 1996 die Kursleiterausbildung für Taichi / Qigong, 2003 Lehrer und 2010 Großmeister Allkamp-Jitsu.

Ständige Betreuung und Weiterbildung durch die Organisation Budo-Center-Europa und jährliche Weiterbildungen durch VHS und Sebastian-Kneip Akademie.

Außerdem ist Thomas erster Leiter im Breitensport beim Sportverein SFB.

Body-Fit Flexi-Fit mit Carolin Heiss ab 10.9.
Anmeldungen unter heisscarofit@gmail.com

DanceFitness mit Jacqueline und Julia ab 18.9.
Anmeldungen unter heisscarofit@gmail.com

Tanzen lernen für jedermann mit Kathi und Udo ab 10.9.
Anmeldungen unter kathi.keller@gmx.net

Tai Chi – Qui Gong Kurs mit Thomas ab 16.9.
Anmeldungen unter thomas371@aol.com

Termin: Kinderkleiderbasar am Freitag, den 18.10.2019 von 19 – 21 Uhr im Sportheim