

# Studententurnen , freies Turnen - Erwachsene, männlich, weiblich ab 1.10.2023 - 5.7.2024

Sommertrainingsplan ( während der Hauptferien 2024 ) wird reduziert angeboten

**Freies Gerätturnen, Jugend >14 J, Studenten, Erwachsene,  
weiblich und männlich Sportzentrum Mitte Gerätehalle**



Tag	Uhrzeit	Halle	Training für	Trainingsinhalt	TrainerInnen	Beitrag /Sem
Montag	20:00 - 21:30	Sportzentrum Mitte Turnzentrum	<b>Freies Turnen mit Geräten ab ca 14 J Mä+Bu</b>	Beweglichkeit, Kraft, Sprungkraft, Geräte, Koord., mit Aitrackbahn, auch Vorbereitungstrain. für Sportstudium	Veronika, Alex, Adriana,	eine Einheit 110.- /Sem, 2 - 5 EH 135.- /Semester
Dienstag	20:00 - 21:30					
Mittwoch	20:00 - 21:30					
Donnerstag	20:00 - 21:30					
Freitag	20:00 - 21:30					



Tel. TGUS : 0662-84094-11

Email: [tgusbg@gmail.com](mailto:tgusbg@gmail.com)

Bürozeiten : Mo 14:00-18:00, Di 09:00-11:00, Do, Fr: 08:00-11:00

31.08.2023