



Trainingsplan

TV 1860 Triberg e.V. · Abteilung Turnen
Stand: 9. Oktober 2026

Montag

15:30–16:30 Uhr	Eltern-Kind-Turnen	Gymnastikraum
16:30–17:30 Uhr	Vorschulkinder	Gymnastikraum
17:00–19:00 Uhr	Mädchenturnen ab 8 Jahren	komplette Halle
17:00–18:00 Uhr	Fit Mix für Frauen	kleiner Hallenteil
19:30–21:00 Uhr	Fit Mix Männer	großer Hallenteil

Dienstag

19:30–20:30 Uhr	Fit und Gesund für Frauen	Gymnastikraum
-----------------	---------------------------	---------------

Mittwoch

10:00–11:00 Uhr	Nordic Walking für Ältere	Treffpunkt Ende Bergstraße
-----------------	---------------------------	----------------------------

Donnerstag

17:00–18:45 Uhr	Kinderturnen 1.-4. Klasse	großer Hallenteil
17:00–18:00 Uhr	Frauen 65+ (Gruppe 1)	Gymnastikraum
18:00–19:00 Uhr	Frauen 65+ (Gruppe 2)	kleiner Hallenteil
19:00–20:00 Uhr	Power-Cardio-Fitness	großer Hallenteil
19:00–20:00 Uhr	Cardio-Fitness für Ältere	kleiner Hallenteil

Freitag

18:00–20:00 Uhr	Sportabzeichen ca. Mai bis Oktober	Sportplatz
-----------------	---	------------