

SOMMERFERIENPROGRAMM DER FITNESS-ABTEILUNG 2026 - Woche 1

Kurzfristige Änderungen möglich > <https://www.fitness-vaterstetten.de/news/stundenausfaelle-vertretungsstunden-und-andere-neuigkeiten>

PRÄSENZSTUNDEN (A = Anmeldung direkt beim Übungsleiter)

ONLINESTUNDEN Die Links und Kenncodes sind unter <https://www.fitness-vaterstetten.de/teams> hinterlegt.

Eine kostenlose Registrierung bei www.zoom.us ist Voraussetzung zur Teilnahme.

OUTDOORSTUNDEN



Montag, 03.08.2026	Dienstag, 04.08.2026	Mittwoch, 05.08.2026	Donnerstag, 06.08.2026	Freitag, 07.08.2026	Samstag, 08.08.2026	Sonntag, 09.08.2026
		08:30 Natural Walking Hasen-/Otterweg -Marlis-	KEIN PROGRAMM		09:00 Weekend-Fitness TSV-G -Andrea-	10:00 (90 min.) Full Body Workout TSV-G -Sabine-
17:00 SeniorInnen- gymnastik TSV-G -Andrea-	17:00 (90 min.) PowerZone & Relax TSV-G -Sabine-					
18:00 Trampolin & Kraft TSV-G -Andrea-		17:30 Workout TSV-G -Michaela-		17:45 (75 min.) Zumba mit CIRCL- Mobility Ausklang TSV-G -Betti-		
19:00 Natural Walking Hasen-/Otterweg -Marlis-	19:30 Bodyfit TSV-G -Lisa-	18:30 (90 min.) Cardio & Kraft TSV-G -Andrea-				

TSV-H = TSV Große Halle // TSV-G = TSV Gymnastikraum, 1. OG // TSV-KG = TSV Kleiner Gymnastikraum, EG

(A) = Alle // (M) = Mittelstufe // (F) = Fortgeschrittene // (S) = SeniorInnen

SOMMERFERIENPROGRAMM DER FITNESS-ABTEILUNG 2026 - Woche 2

Kurzfristige **Änderungen** möglich > <https://www.fitness-vaterstetten.de/news/stundenausfaelle-vertretungsstunden-und-andere-neuigkeiten>

PRÄSENZSTUNDEN (A = Anmeldung direkt beim Übungsleiter)

ONLINESTUNDEN Die Links und Kenncodes sind unter <https://www.fitness-vaterstetten.de/teams> hinterlegt.

Eine kostenlose Registrierung bei www.zoom.us ist Voraussetzung zur Teilnahme.

OUTDOORSTUNDEN



Montag, 10.08.2026	Dienstag, 11.08.2026	Mittwoch, 12.08.2026	Donnerstag, 13.08.2026	Freitag, 14.08.2026	Samstag, 15.08.2026	Sonntag, 16.08.2026
		08:30 Natural Walking Hasen-/Otterweg -Marlis-	KEIN PROGRAMM	KEIN PROGRAMM	09:00 Weekend-Fitness TSV-G -Andrea-	KEIN PROGRAMM
17:00 SeniorInnen- gymnastik TSV-G -Andrea-	17:00 (90 min.) PowerZone & Relax TSV-G -Sabine-					
18:15 Trampolin & Kraft TSV-G -Andrea-	18:30 Barre TSV-G -Michaela-	18:30 (90 min.) Cardio & Kraft TSV-G -Andrea-				
19:00 Natural Walking Hasen-/Otterweg -Marlis-						

TSV-H = TSV Große Halle // TSV-G = TSV Gymnastikraum, 1. OG // TSV-KG = TSV Kleiner Gymnastikraum, EG

(A) = Alle // (M) = Mittelstufe // (F) = Fortgeschrittene // (S) = SeniorInnen

SOMMERFERIENPROGRAMM DER FITNESS-ABTEILUNG 2026 - Woche 3

Kurzfristige Änderungen möglich > <https://www.fitness-vaterstetten.de/news/stundenausfaelle-vertretungsstunden-und-andere-neuigkeiten>

PRÄSENZSTUNDEN (A = Anmeldung direkt beim Übungsleiter)

ONLINESTUNDEN Die Links und Kenncodes sind unter <https://www.fitness-vaterstetten.de/teams> hinterlegt.

Eine kostenlose Registrierung bei www.zoom.us ist Voraussetzung zur Teilnahme.

OUTDOORSTUNDEN



Montag, 17.08.2026	Dienstag, 18.08.2026	Mittwoch, 19.08.2026	Donnerstag, 20.08.2026	Freitag, 21.08.2026	Samstag, 22.08.2026	Sonntag, 23.08.2026
		08:30 Natural Walking Hasen-/Otterweg -Marlis-		09:00 Cardio & Kraft TSV-G -Andrea-	09:00 Weekend-Fitness TSV-G -Andrea-	KEIN PROGRAMM
17:00 SeniorInnen- gymnastik TSV-G -Andrea-				11:00 Seniorinnen- gymnastik TSV-G -Phuc-		
18:15 Trampolin & Kraft TSV-G -Andrea-	18:30 Afterwork Fitness TSV-G -Gabriela-	18:30 (90 min.) Cardio & Kraft TSV-G -Andrea-	18:30 Afterwork Fitness TSV-G -Gabriela-			
19:00 Natural Walking Hasen-/Otterweg -Marlis-		20:00 Krafttraining TSV-G -Phuc-				

TSV-H = TSV Große Halle // TSV-G = TSV Gymnastikraum, 1. OG // TSV-KG = TSV Kleiner Gymnastikraum, EG

(A) = Alle // (M) = Mittelstufe // (F) = Fortgeschrittene // (S) = SeniorInnen

SOMMERFERIENPROGRAMM DER FITNESS-ABTEILUNG 2026 - Woche 4

Kurzfristige Änderungen möglich > <https://www.fitness-vaterstetten.de/news/stundenausfaelle-vertretungsstunden-und-andere-neuigkeiten>

PRÄSENZSTUNDEN (A = Anmeldung direkt beim Übungsleiter)

ONLINESTUNDEN Die Links und Kenncodes sind unter <https://www.fitness-vaterstetten.de/teams> hinterlegt.

Eine kostenlose Registrierung bei www.zoom.us ist Voraussetzung zur Teilnahme.

OUTDOORSTUNDEN



Montag, 24.08.2026	Dienstag, 25.08.2026	Mittwoch, 26.08.2026	Donnerstag, 27.08.2026	Freitag, 28.08.2026	Samstag, 29.08.2026	Sonntag, 30.08.2026
		08:30 Natural Walking Hasen-/Otterweg -Marlis-		09:00 Cardio & Kraft TSV-G -Andrea-	09:00 Weekend-Fitness TSV-G -Andrea-	10:00 (90 min.) Full Body Workout TSV-G -Sabine-
17:00 SeniorInnen- gymnastik TSV-G -Andrea-	17:00 (90 min.) PowerZone & Relax TSV-G -Sabine-	A 17:00 Allg. Damengymnastik Bürgerpark -Angelika- (08106/6052)		11:00 Seniorinnen- gymnastik TSV-G -Phuc-		
18:15 Trampolin & Kraft TSV-G -Andrea-		18:30 (90 min.) Cardio & Kraft TSV-G -Andrea-	18:00 (90 min.) Full Body Workout TSV-G -Sabine-	17:45 (75 min.) Pilates TSV-G -Sabine-		
19:00 Natural Walking Hasen-/Otterweg -Marlis-		20:00 Krafttraining TSV-G -Phuc-				

TSV-H = TSV Große Halle // TSV-G = TSV Gymnastikraum, 1. OG // TSV-KG = TSV Kleiner Gymnastikraum, EG

(A) = Alle // (M) = Mittelstufe // (F) = Fortgeschrittene // (S) = SeniorInnen

SOMMERFERIENPROGRAMM DER FITNESS-ABTEILUNG 2026 - Woche 5

Kurzfristige Änderungen möglich > <https://www.fitness-vaterstetten.de/news/stundenausfaelle-vertretungsstunden-und-andere-neuigkeiten>

PRÄSENZSTUNDEN (A = Anmeldung direkt beim Übungsleiter)

ONLINESTUNDEN Die Links und Kenncodes sind unter <https://www.fitness-vaterstetten.de/teams> hinterlegt.

Eine kostenlose Registrierung bei www.zoom.us ist Voraussetzung zur Teilnahme.

OUTDOORSTUNDEN



Montag, 31.08.2026	Dienstag, 01.09.2026	Mittwoch, 02.09.2026	Donnerstag, 03.09.2026	Freitag, 04.09.2026	Samstag, 05.09.2026	Sonntag, 06.09.2026
		08:30 Natural Walking Hasen-/Otterweg -Marlis-	KEIN PROGRAMM	KEIN PROGRAMM	KEIN PROGRAMM	KEIN PROGRAMM
17:00 SeniorInnen- gymnastik TSV-G -Andrea-	17:00 (90 min.) PowerZone & Relax TSV-G -Sabine-	A 17:00 Allg. Damengymnastik Bürgerpark -Angelika- (08106/6052)				
18:15 Trampolin & Kraft TSV-G -Andrea-		18:30 (90 min.) Cardio & Kraft TSV-G -Andrea-				
19:00 Natural Walking Hasen-/Otterweg -Marlis-	19:30 Bodyfit TSV-G -Lisa-					

TSV-H = TSV Große Halle // TSV-G = TSV Gymnastikraum, 1. OG // TSV-KG = TSV Kleiner Gymnastikraum, EG

(A) = Alle // (M) = Mittelstufe // (F) = Fortgeschrittene // (S) = SeniorInnen

SOMMERFERIENPROGRAMM DER FITNESS-ABTEILUNG 2026 - Woche 6

Kurzfristige Änderungen möglich > <https://www.fitness-vaterstetten.de/news/stundenausfaelle-vertretungsstunden-und-andere-neuigkeiten>

PRÄSENZSTUNDEN (A = Anmeldung direkt beim Übungsleiter)

ONLINESTUNDEN Die Links und Kenncodes sind unter <https://www.fitness-vaterstetten.de/teams> hinterlegt.

Eine kostenlose Registrierung bei www.zoom.us ist Voraussetzung zur Teilnahme.

OUTDOORSTUNDEN



Montag, 07.09.2026	Dienstag, 08.09.2026	Mittwoch, 09.09.2026	Donnerstag, 10.09.2026	Freitag, 11.09.2026	Samstag, 12.09.2025	Sonntag, 13.09.2026
		08:30 Natural Walking Hasen-/Otterweg -Marlis-			09:30 Weekend-Fitness TSV-G -Andrea-	10:00 (90 min.) Full Body Workout TSV-G -Sabine-
17:00 SeniorInnen- gymnastik TSV-G -Andrea-	17:00 (90 min.) PowerZone & Relax TSV-G -Sabine-	A 17:00 Allg. Damengymnastik Bürgerpark -Angelika- (08106/6052)		11:00 Seniorinnen- gymnastik TSV-G -Phuc-		
18:15 Trampolin & Kraft TSV-G -Andrea-		18:30 (90 min.) Cardio & Kraft TSV-G -Andrea-	18:00 (90 min.) Full Body Workout TSV-G -Sabine-	17:45 (75 min.) Pilates TSV-G -Sabine-		
19:00 Natural Walking Hasen-/Otterweg -Marlis-	19:30 Bodyfit TSV-G -Lisa-	20:00 Krafttraining TSV-G -Phuc-				

TSV-H = TSV Große Halle // TSV-G = TSV Gymnastikraum, 1. OG // TSV-KG = TSV Kleiner Gymnastikraum, EG

(A) = Alle // (M) = Mittelstufe // (F) = Fortgeschrittene // (S) = SeniorInnen