

## Alle Trainingszeiten in den Pfingstferien

(siehe Online Live Trainingsplan für unsere digitalen Angebote)

25.05.2026 - 07.06.2026

**Grundsätzlich finden in den gesamten Pfingstferien keine Trainingsangebote für Kinder und Jugendliche statt. Schöne Alternativen bietet das kostenlose Freie Spiel oder unser Fußball Camp (siehe Trainingsplan). An den Feiertagen am Montag 25.05. und Donnerstag 04.06. findet kein Trainingsbetrieb statt.**

| Sportbereich                   | Kurs         | Ort            | Wochentag | Von       | Bis       |
|--------------------------------|--------------|----------------|-----------|-----------|-----------|
| <u>Aquafitness</u>             | Aqua-Aerobic | FZP Schwimmbad | Montag    | 09:00 Uhr | 10:00 Uhr |
| <b>Kein Training am 25.05.</b> | Aqua-Aerobic | FZP Schwimmbad | Montag    | 19:15 Uhr | 20:15 Uhr |
|                                | Aqua-Aerobic | FZP Schwimmbad | Mittwoch  | 09:00 Uhr | 10:00 Uhr |
|                                | Aqua-Aerobic | FZP Schwimmbad | Freitag   | 09:00 Uhr | 10:00 Uhr |

| Sportbereich     | Kurs     | Ort                   | Wochentag | Von       | Bis       |
|------------------|----------|-----------------------|-----------|-----------|-----------|
| <u>Badminton</u> | Training | Helmi-Mühlbauer-Halle | Mittwoch  | 19:30 Uhr | 22:30 Uhr |

| Sportbereich      | Kurs         | Ort            | Wochentag | Von       | Bis       |
|-------------------|--------------|----------------|-----------|-----------|-----------|
| <u>Basketball</u> | Herren + U18 | FZP Spielhalle | Mittwoch  | 18:00 Uhr | 21:30 Uhr |

| Sportbereich         | Kurs  | Ort   | Wochentag | Von       | Bis       |
|----------------------|---|---|-----------|-----------|-----------|
| <u>Camp Fußball</u>  |   | Keltenstr. Fußballplatz   |           |           |           |
| <b>26.05.-29.05.</b> | kostenpflichtiger Kurs über Eversports   Buchung noch möglich unter <a href="https://www.tsv-gruenwald.de/verein/ferienca-mps-und-freies-spiel/">https://www.tsv-gruenwald.de/verein/ferienca-mps-und-freies-spiel/</a> | Schulturnhalle und Gymnastikhalle als Ausweichmöglichkeiten bei schlechtem Wetter | Di-Fr     | 09:30 Uhr | 15:30 Uhr |

| Sportbereich                         | Kurs                     | Ort                           | Wochentag      | Von             | Bis              |
|--------------------------------------|--------------------------|-------------------------------|----------------|-----------------|------------------|
| <u>Fechten</u>                       |                          |                               |                |                 |                  |
|                                      |                          | Grundschule Sporthalle        | Dienstag       | 18:00 Uhr       | 20:15 Uhr        |
|                                      |                          | Grundschule Sporthalle        | Mittwoch       | 18:00 Uhr       | 20:15 Uhr        |
| <b>Sondertraining am Wochenende:</b> | <b>nur am 07.06.2026</b> | <b>Grundschule Sporthalle</b> | <b>Sonntag</b> | <b>9:30 Uhr</b> | <b>14:00 Uhr</b> |

| Sportbereich                | Kurs                   | Ort   | Wochentag | Von       | Bis       |
|-----------------------------|------------------------|---|-----------|-----------|-----------|
| <u>Fitness / Gesundheit</u> |                        |   |           |           |           |
| <b>nur am 25.05.</b>        | Ganzkörpertraining 50+ | Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan) | Montag    | 09:30 Uhr | 10:30 Uhr |
| <b>nur am 01.06.</b>        | Ganzkörpertraining 50+ | Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan) | Montag    | 10:30 Uhr | 11:30 Uhr |
| <b>nur am 01.06.</b>        | Pilates                | FZP Aerobic Raum                                  | Montag    | 17:30 Uhr | 18:30 Uhr |
| <b>nur am 01.06..</b>       | Aerobic                | Helmi-Mühlbauer-Halle                             | Montag    | 18:00 Uhr | 19:00 Uhr |
| <b>nur am 01.06..</b>       | Rückengymnastik        | Grundschule Gymnastikraum                         | Montag    | 18:00 Uhr | 19:00 Uhr |
|                             | Pilates                | Online via zoom (siehe Online Live Trainingsplan) | Montag    | 18:30 Uhr | 19:30 Uhr |

|                      |                             |  |          |           |           |
|----------------------|-----------------------------|--|----------|-----------|-----------|
| <u>nur am 01.06.</u> | Gym Fit mit Zumba           | Helmi-Mühlbauer-Halle                                | Montag   | 19:00 Uhr | 20:30 Uhr |
|                      | Zoomba                      | Online via zoom<br>(siehe Online Live Trainingsplan) | Montag   | 19:30 Uhr | 20:30 Uhr |
|                      | Allerlei von Kopf bis Fuß   | FZP Alte Turnhalle                                   | Dienstag | 09:30 Uhr | 10:30 Uhr |
| <u>nur am 26.05.</u> | Pilates                     | Online via zoom<br>(siehe Online Live Trainingsplan) | Dienstag | 18:30 Uhr | 19:30Uhr  |
|                      | Rückengymnastik             | Grundschule Gymnastikraum                            | Mittwoch | 09:00 Uhr | 10:00 Uhr |
|                      | Rückengymnastik             | Grundschule Gymnastikraum                            | Mittwoch | 10:00 Uhr | 11:00 Uhr |
|                      | Ganzkörpertraining 50+      | Online via zoom<br>(siehe Online Live Trainingsplan) | Mittwoch | 09:30 Uhr | 10:30 Uhr |
|                      | Zumba Kids                  | Helmi-Mühlbauer-Halle                                | Mittwoch | 17:00 Uhr | 18:00 Uhr |
|                      | Koronarsport                | FZP Spielhalle                                       | Mittwoch | 17:30 Uhr | 19:00 Uhr |
|                      | Zumba                       | Helmi-Mühlbauer-Halle                                | Mittwoch | 18:00 Uhr | 19:30 Uhr |
| <u>nur am 27.05.</u> | Pilates                     | Online via zoom<br>(siehe Online Live Trainingsplan) | Mittwoch | 18:30 Uhr | 19:30 Uhr |
|                      | Pilates                     | FZP Aerobicraum                                      | Mittwoch | 19:00 Uhr | 20:00 Uhr |
|                      | Fit bis ins hohe Alter      | FZP Spielhalle                                       | Mittwoch | 19:00 Uhr | 20:15 Uhr |
|                      | Workouts by Andrea          | Online via zoom<br>(siehe Online Live Trainingsplan) | Mittwoch | 19:00 Uhr | 20:00 Uhr |
|                      | Yoga                        | Online via zoom<br>(siehe Online Live Trainingsplan) | Mittwoch | 19:00 Uhr | 20:00 Uhr |
|                      | Ganzkörpertraining 50+      | Online via zoom<br>(siehe Online Live Trainingsplan) | Freitag  | 09:30 Uhr | 10:30 Uhr |
| <u>nur am 29.05.</u> | Step-Aerobic + Body Styling | FZP Gymnastikraum                                    | Freitag  | 18:00 Uhr | 19:30 Uhr |

| Sportbereich  | Kurs   | Ort                        | Wochentag  | Von       | Bis       |
|---|--|----------------------------|------------|-----------|-----------|
| <u>Freies Spiel</u><br><u>der</u><br><u>Gemeinde Grünwald</u> | Während der Pfingstferien von Montag bis Freitag für Kinder von 6-12 Jahren (kostenlos), <b>An den Feiertagen am 25.05. und 04.06. findet kein Freies Spiel statt!</b> | Helmi-Mühlbauer-Halle      | Mo-Fr      | 09:00 Uhr | 13:00 Uhr |
|   |  |                            |            |           |           |
| Sportbereich  | Kurs   | Ort                        | Wochentag  | Von       | Bis       |
| <u>Karate</u>   | Karate Erwachsene  | Spielhalle FZP             | Dienstag   | 19:00 Uhr | 21:30 Uhr |
| <u>nicht am 04.06.</u>  | Karate Erwachsene  | Grundschule Turnhalle      | Donnerstag | 19:00 Uhr | 21:30 Uhr |
|   | Karate Erwachsene  | Grundschule Gymnastikhalle | Freitag    | 19:30 Uhr | 21:30 Uhr |

| Sportbereich           | Kurs                | Ort                     | Wochentag  | Von       | Bis       |
|------------------------|---------------------|-------------------------|------------|-----------|-----------|
| <u>Schwimmen</u>       | Training Erwachsene | Grünwalder Freizeitpark | Dienstag   | 19:00 Uhr | 20:00 Uhr |
| <u>nicht am 04.06.</u> | Training Erwachsene | Grünwalder Freizeitpark | Donnerstag | 20:00 Uhr | 21:00 Uhr |

| Sportbereich           | Kurs                 | Ort                       | Wochentag  | Von       | Bis       |
|------------------------|----------------------|---------------------------|------------|-----------|-----------|
| <b>Tischtennis</b>     |                      |                           |            |           |           |
| <b>nicht am 25.05.</b> | Wettkampf Erwachsene | Grundschule Turnhalle     | Montag     | 19:00Uhr  | 22:30 Uhr |
|                        | Wettkampf Erwachsene | Grundschule Turnhalle     | Freitag    | 19:00Uhr  | 22:30 Uhr |
|                        | Freizeit             | Grundschule Gymnastikraum | Montag     | 20:00 Uhr | 22:30 Uhr |
| <b>nicht am 04.06.</b> | Freizeit             | Grundschule Gymnastikraum | Donnerstag | 20:00 Uhr | 22:30 Uhr |

| Sportbereich           | Kurs                | Ort                     | Wochentag  | Von       | Bis       |
|------------------------|---------------------|-------------------------|------------|-----------|-----------|
| <b>Triathlon</b>       | Triathlon Schwimmen | Grünwalder Freizeitpark | Dienstag   | 20:00 Uhr | 21:00 Uhr |
| <b>nicht am 04.06.</b> | Triathlon Schwimmen | Grünwalder Freizeitpark | Donnerstag | 19:00 Uhr | 20:00 Uhr |

| Sportbereich                         | Kurs                 | Ort                          | Wochentag      | Von              | Bis              |
|--------------------------------------|----------------------|------------------------------|----------------|------------------|------------------|
| <b>Turnen</b>                        | <b>nur am 02.06.</b> | Helmi-Mühlbauer Halle        | Dienstag       | 17:30 Uhr        | 19:30 Uhr        |
| <b>Sondertraining am Wochenende:</b> | <b>nur am 07.06.</b> | <b>Helmi Mühlbauer Halle</b> | <b>Sonntag</b> | <b>17:30 Uhr</b> | <b>19:30 Uhr</b> |

| Sportbereich                        | Kurs             | Ort                   | Wochentag  | Von       | Bis       |
|-------------------------------------|------------------|-----------------------|------------|-----------|-----------|
| <b>Volleyball (nicht am 04.06.)</b> | Volleyball Mixed | Helmi-Mühlbauer-Halle | Donnerstag | 19:30 Uhr | 22:30 Uhr |