

Turn- und Sportverein Jahn Freising 1861 e.V.



Sommerferien 2025

01.08.2025 - 14.09.2025

Fitness & Prävention



An Feiertagen findet kein Training statt

Stand: 14.07.2025

Wann	Was	Wo	Übungsleiter
Freitag 01.08.2025			
08.30 - 10.30	Nordic-Walking-Treff am Morgen	Parkplatz Plantage	Irene Kammerloher
13.45 - 14.45	Bodyfit	Jahnhalle	Verena Breu
14.45 - 16.00	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
Sonntag 03.08.2025			
09.30 - 10.30	Jumping Fitness	Jahnhalle	Verena Breu
10.45 - 12.15	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
Montag 04.08.2025			
17.00 - 18.00	Bodyfit	Jahnhalle	Ute Hanauer
18.00 - 19.00	Bewegter Rücken	Jahnhalle	Ute Hanauer
Donnerstag 07.08.2025			
17.00 - 18.30	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
18.45 - 20.00	Jumping Fitness mit Kräftigung	Jahnhalle	Verena Breu
Freitag 08.08.2025			
08.30 - 10.30	Nordic-Walking-Treff am Morgen	Parkplatz Plantage	Irene Kammerloher
13.45 - 14.45	Bodyfit	Jahnhalle	Verena Breu
14.45 - 16.00	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
Sonntag 10.08.2025			
09.30 - 10.30	Jumping Fitness	Jahnhalle	Verena Breu
10.45 - 12.15	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
Montag 11.08.2025			
17.00 - 18.00	Bodyfit	Jahnhalle	Ute Hanauer
18.00 - 19.00	Bewegter Rücken	Jahnhalle	Ute Hanauer
Mittwoch, 13.08.2025			
18.30 - 20.00	Ganzkörpertraining + HIT	Jahnhalle	Carmen Ederer
Donnerstag 14.08.2025			
17.00 - 18.30	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
18.45 - 20.00	Jumping Fitness mit Kräftigung	Jahnhalle	Verena Breu
Freitag 22.08.2025			
08.30 - 10.30	Nordic-Walking-Treff am Morgen	Parkplatz Plantage	Irene Kammerloher
Montag 25.08.2025			
17.00 - 18.00	Bodyfit	Jahnhalle	Ute Hanauer
18.00 - 19.00	Bewegter Rücken	Jahnhalle	Ute Hanauer
19.00 - 20.00	Ganzkörpertraining + HIT	Jahnhalle	Marina Weiß
Dienstag 26.08.2025			
11.00 - 12.15	Aktiv und fit 50 +	Jahnhalle	Agathe Wager
Donnerstag 28.08.2025			
17.00 - 18.30	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
18.45 - 20.00	Jumping Fitness mit Kräftigung	Jahnhalle	Verena Breu
Freitag 29.08.2025			
08.30 - 10.30	Nordic-Walking-Treff am Morgen	Parkplatz Plantage	Irene Kammerloher
13.45 - 14.45	Bodyfit	Jahnhalle	Verena Breu
14.45 - 16.00	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
Sonntag 31.08.2025			
09.30 - 10.30	Jumping Fitness	Jahnhalle	Verena Breu
10.45 - 12.15	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
Montag, 01.09.2025			
17.00 - 18.00	Body Fit	Jahnhalle	Martina Ennemann
18.00 - 19.00	Bewegter Rücken	Jahnhalle	Martina Ennemann
19.00 - 20.00	Ganzkörpertraining + HIT	Jahnhalle	Marina Weiß
Dienstag 02.09.2025			
11.00 - 12.15	Aktiv und fit 50 +	Jahnhalle	Agathe Wagner
Donnerstag 04.09.2025			
17.00 - 18.30	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu

18.45 - 20.00	Jumping Fitness mit Kräftigung	Jahnhalle	Verena Breu
<u>Freitag 05.09.2025</u>			
08.30 - 10.30	Nordic-Walking-Treff am Morgen	Parkplatz Plantage	Irene Kammerloher
13.45 - 14.45	Bodyfit	Jahnhalle	Verena Breu
14.45 - 16.00	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
<u>Montag, 08.09.2025</u>			
17.00 - 18.00	Body Fit	Jahnhalle	Martina Ennemann
18.00 - 19.00	Bewegter Rücken	Jahnhalle	Martina Ennemann
<u>Dienstag 09.09.2025</u>			
11.00 - 12.15	Aktiv und fit 50 +	Jahnhalle	Agathe Wagner
<u>Mittwoch 10.09.2025</u>			
18.30 - 20.00	Ganzkörpertraining + HIT	Jahnhalle	Carmen Ederer
<u>Donnerstag 11.09.2025</u>			
17.00 - 18.30	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu
18.45 - 20.00	Jumping Fitness mit Kräftigung	Jahnhalle	Verena Breu
<u>Freitag 12.09.2025</u>			
08.30 - 10.30	Nordic-Walking-Treff am Morgen	Parkplatz Plantage	Irene Kammerloher
13.45 - 14.45	Step	Jahnhalle	Verena Breu
14.45 - 16.00	Pilates	Jahnhalle	Verena Breu