

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Walk + Fit 9 ³⁰ – 10 ³⁰ WALD Anette	Baby-Spielgruppe „Kleine Freunde“ 10 ⁰⁰ – 11 ⁰⁰ ab 3 Monate Selina	Eltern-Kind-Turnen 16 ⁰⁰ – 17 ⁰⁰ Hannah/Sina	Schwimmtreff 9 ³⁰ – 11 ³⁰ Rudolf	Fit-Mix 9 ⁰⁰ – 10 ⁰⁰ Sonja	Jugendgarde 10 ⁰⁰ – 11 ³⁰ 13-16 Jahre Steffi/Annika	Weekend Workout 10 ³⁰ – 11 ³⁰ Jenni
Psychomotorik 15 ⁰⁰ – 16 ⁰⁰ 3-6 Jahre TSV Rebekka/Lúna	Eltern-Kind-Turnen 15 ³⁰ – 16 ³⁰ Maika	Bewegungsspaß 16 ⁰⁰ – 17 ⁰⁰ 3-6 Jahre Kristin/Rebekka			HIIT 11 ⁰⁰ – 12 ⁰⁰ ab 16 Jahre Lisa	
Tolle Kids 16 ⁰⁰ – 17 ⁰⁰ ab 7 Jahre TSV Rebekka/Lúna			Parcours 16 ³⁰ – 17 ⁴⁵ ab 8 Jahre SHH Damian/Emil		MTB- und Rennradtouren **	MTB- und Rennradtouren **
Wasserflöhe 17 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰ 5-8 Jahre Team		Polka SF 17 ⁰⁰ – 18 ¹⁵ ab 12 Jahre RAD Nicole	Modern Kids 17 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰ 7-11 Jahre Bianca	Einrad Showgruppe 15 ⁰⁰ – 16 ³⁰ ab 8 Jahre RAD Mela/Moni		
Kindergarde 15 ³⁰ – 16 ⁴⁵ ab 8 Jahre Klaudija	Showtanzgruppe „Black Pearls“ 16 ³⁰ – 17 ⁴⁵ ab 12 Jahre Steffi/Philine	Spiel-Spaß 17 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰ ab 6 Jahre Kristin	Gym + Fit 6.0 17 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰ Anette	Polka SF 16 ³⁰ – 17 ³⁰ ab 12 Jahre Nicole	** Facebook: Radsportfreunde Rodgau oder unter radtourenrodgau@gmail.com	
Jugendgarde 17 ³⁰ – 19 ⁰⁰ 13-16 Jahre RAD Steffi/Annika	Einradfahren Anfänger 17 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰ ab 6 Jahre RAD Pia/Julia	Hip Hop 17 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰ ab 7 Jahre Caro	Jugend Basketball 17 ³⁰ – 19 ⁰⁰ SHH Jochen	Polka GF 17 ⁰⁰ – 18 ³⁰ ab 16 Jahre RAD Nicole		
Jumping® 4-Kids 17 ⁰⁰ – 18 ⁰⁰ ab 10 Jahre Heike	Jumping® 18 ⁰⁰ – 19 ⁰⁰ Svenja/Martin	Hip Hop Fortgeschrittene 18 ⁰⁰ – 19 ⁰⁰ Caro	Sloopies 18 ⁰⁰ – 19 ⁰⁰ ab 9 Jahre Kathrin/Saskia	Jumping® 17 ³⁰ – 18 ³⁰ Martin/Svenja		
Junges Jumping® 18 ⁰⁰ – 19 ⁰⁰ Teens & Twens Hannah	Fit durch Boxen 18 ⁰⁰ – 19 ³⁰ 14-18 Jahre RAD Sebastian	Jumping® 18 ⁰⁰ – 19 ⁰⁰ Martin/Svenja	Jumping® Choreo „Los Saltadores“ 18 ⁰⁰ – 19 ⁰⁰ Svenja	Modern SF 17 ³⁰ – 19 ⁰⁰ ab 12 Jahre Bianca		
Yoga 18 ⁰⁰ – 19 ⁰⁰ Sonja		Polka GF 18 ¹⁵ – 20 ⁰⁰ ab 16 Jahre RAD Nicole	Yoga 19 ⁰⁰ – 20 ¹⁵ Kika	Modern GF 18 ³⁰ – 20 ⁰⁰ ab 16 Jahre RAD Nicole		
Body Workout 18 ⁰⁰ – 19 ³⁰ COS Margit	Pilates 19 ⁰⁰ – 20 ⁰⁰ Jenni/Anja	Indoor-Cycling 18 ³⁰ – 19 ³⁰ DAF Sonja	Teenie Sportstunde 19 ⁰⁰ – 20 ⁰⁰ ab 13 Jahre FvSS Svenja/Julia	Jumping® 18 ³⁰ – 19 ³⁰ Martin/Svenja		
Freizeit Volleyball 19 ⁰⁰ – 20 ⁰⁰ GBS Stephan/Birgit	Fit Bo 19 ³⁰ – 21 ⁰⁰ RAD Margit	70 + Fit 19 ⁰⁰ – 20 ⁰⁰ Gerlinde	Langhantel 19 ¹⁵ – 20 ¹⁵ Harald	Workout 19 ⁰⁰ – 20 ⁰⁰ Harald		
Zumba® Fitness 19 ⁰⁰ – 20 ⁰⁰ RAD Celina	Skigymnastik 20 ¹⁵ – 21 ¹⁵ Jenni/Anja	Jumping® 19 ⁰⁰ – 20 ⁰⁰ Martin/Svenja	Fit Bo 19 ³⁰ – 21 ⁰⁰ RAD Margit	Men only 19 ⁴⁵ – 20 ⁴⁵ Anja		
CrossX 19 ¹⁵ – 20 ⁴⁵ Team		Jugend Volleyball 19 ⁰⁰ – 20 ³⁰ ab 16 Jahre FvSS Roger	Pilates 20 ¹⁵ – 21 ¹⁵ Anja	Freizeit Basketball 20 ⁰⁰ – 22 ⁰⁰ GOS Team		
Jugend Volleyball 20 ⁰⁰ – 22 ⁰⁰ ab 16 Jahre FvSS Roger		Piratengarde 20 ⁰⁰ – 22 ⁰⁰ ab 16 Jahre Nina				
TanzBar 20 ³⁰ – 22 ⁰⁰ ab 18 Jahre Team						
Flotte Tanzflotte 20 ³⁰ – 21 ³⁰ ab 35 Jahre Steph						

Mit freundlicher Unterstützung durch die
Vereinigte Volksbank Maingau VVB
 Niederlassung der Frankfurter Volksbank eG

- **RAD** Radsporthalle • Elbinger Straße 7-9 • Jügesheim
- **DAF** „Das Aktuelle“ Fitness-Studio • Raiffeisenstraße 7 • Dudenhofen
- **GBS** Sporthalle Lange Straße 2 • Jügesheim
- **COS** Carl-Orff-Turnhalle • Nordring 32 • Jügesheim
- **GOS** Claus von Staufenberg Schule • Mainzerstraße 16 • Dudenhofen
- **TSV** TSV Sporthalle • Forsthausstraße 11 • Dudenhofen
- **WBS** Wilhelm-Busch-Schule • Kasseler Straße 33 • Jügesheim
- **WALD** Treffpunkt Waldfreizeitanlage • Jügesheim
- **FvSS** Sporthalle • Freiherr-vom-Stein-Straße 11 • Dudenhofen
- **SHH** Sporthalle • Am Sportfeld • Hainhausen

Alle Trainingsangebote ohne weitere Ortsangabe finden in unserem Vereinsheim in der Blumenstraße 6 statt.