

# Sommerprogramm 2024

## Spvgg Dietesheim e.V. – Abt. Turnen/Gymnastik

In den **Sommerferien** vom **15.07.2024 - 23.08.2024** bietet die Turnabteilung folgendes Sommerprogramm auf dem Sportgelände der Spvgg Dietesheim am Wingertsweg 5 bzw. in der Sporthalle an der Dieselstraße 90 und in der Kulturhalle an.

### Dienstag

ab 17:00 Uhr

**Fahrradtouren**, s. separater Aushang

Treffpunkt Eingang Sportgelände, Leitung: Norbert Trost

19:00 Uhr – 20:00 Uhr

**Walking mit Outdoor Gymnastik-/Fitnessteil**

**16.07./23.07./30.07.2024**

Treffpunkt Eingang Sportgelände, Leitung: Anja Manthey

### Mittwoch

18:00 Uhr -19:00 Uhr

**Nordic Walking/Walking**

Treffpunkt Eingang Sportgelände, Leitung: Norbert Trost

### Donnerstag

15:30 Uhr-16:30 Uhr

**Bewegen statt schonen/Rückenfit/Rückenschule/WS**

**08.08./15.08./22.08.2024**

Sporthalle Dieselstraße 90 oder Sportgelände Spvgg je nach Absprache und Wetter, Leitung Beate Wirbelauer

## **Fit bis ins hohe Alter-Sitzgymnastik Kulturhalle/Versammlungsraum, Fichtestraße 42**

### Dienstag

**vom 16.07. – 20.08.2024**

10: 00 Uhr – 11:00 Uhr

**Sitzgymnastik**, Leitung: Beate Wirbelauer

14:30 Uhr - 15:30 Uhr

**Sitzgymnastik**, Leitung: Beate Wirbelauer

### Donnerstag

**vom 18.07. - 22.08.2024**

14:00 Uhr – 15:00 Uhr

**Sitzgymnastik**, Leitung: Beate Wirbelauer

Es handelt sich um Vereinsangebote. Die Teilnahme an den Gymnastikkursen ist auch durch den Erwerb einer 10-er Karte zu € 50,00 möglich. **Der Einstieg in die Sport-/Gymnastik-Angebote ist jederzeit möglich.** Aktuelle Informationen sind auf der Homepage: [spvgg-dietesheim.de/turnen](http://spvgg-dietesheim.de/turnen) einzusehen.