



# Sportverein Zamdorf e.V.



Trainingszeiten Schule an der  
Fritz-Lutz-Straße 24, 81929 München

## **Gymnastik**

Leitung: Diana Diefert, Tel. 9294429, 0170/2473140  
Dagmar Stöckle, Tel. 46137267, 0163/7517444

<b>Step and Style</b> Dagmar Stöckle	<b>Montag</b>	<b>18.00 bis 18.45</b>
<b>Body-Workout</b> Dagmar Stöckle	<b>Montag</b>	<b>18.45 bis 19.30</b>
<b>Nordic-Walking</b> (Termine auf Anfrage) Mannik Brodscholl	<b>Dienstag</b>	<b>17.30 bis 18.30</b>
<b>Zumba®</b> (Termine auf Anfrage) Zayddi Wolf	<b>Dienstag</b>	<b>18.00 bis 18.45</b>
<b>Wirbelsäule</b> Andrea Weiss	<b>Dienstag</b>	<b>19.15 bis 20.00</b>
<b>Body-Chill</b> Diana Diefert	<b>Dienstag</b>	<b>20.00 bis 21.00</b>
<b>Step-Aerobic</b> Dagmar Stöckle	<b>Mittwoch</b>	<b>18.00 bis 19.00</b>
<b>Intervalltraining</b> (April – September) <b>Skigymnastik</b> (September bis Ostern) Sonja Boisnel	<b>Mittwoch</b>	<b>19.00 bis 19.45</b>
<b>Gymnastik für Junggebliebene</b> Diana Diefert	<b>Donnerstag</b>	<b>18.00 bis 19.00</b>
<b>Move It</b> Birgit Habib	<b>Donnerstag</b>	<b>19.00 bis 20.00</b>
<b>Beckenboden</b> (Termine auf Anfrage) Katja Sedlmeir	<b>Freitag</b>	<b>17.00 bis 18.00</b>
<b>Body-Styling</b> Sonja Boisnel	<b>Freitag</b>	<b>18.30 bis 19.30</b>
<b>Zumba®</b> (Termine auf Anfrage) Simon	<b>Freitag</b>	<b>19.30 bis 20.30</b>

## **Mutter/Vater-Kind Turnen**

Leitung: Evi Eckhardt, Tel. 93930722

<b>MUKI 1</b> (Mutter/Vater- u. Kind/ab 2 Jahre)	<b>Donnerstag</b>	<b>16.15 bis 17.00</b>
<b>MUKI 2</b> (Mutter/Vater- u. Kind/ab 2 Jahre)	<b>Donnerstag</b>	<b>17.00 bis 17.45</b>

## **Kinderturnen**

Leitung: Monika Sterff, Tel. 9294942

<b>Gruppe 1</b> (4- 6 Jahre)	<b>Freitag</b>	<b>15.15 bis 16.00</b>
<b>Gruppe 2</b> (6-10 Jahre)	<b>Freitag</b>	<b>16.00 bis 16.45</b>

## **Volleyball**

Leitung: Zeljko Vlatkovic

Trainer Zeljko Vlatkovic	<b>Donnerstag</b>	<b>20.00 bis 21.30</b>
--------------------------	-------------------	------------------------