

TGUS - Trainingsplan Jugend 14.9.2026 -13.2.2027

Dance	Info	Halle	Tag	Zeit
Commercial Dance Mä 6-9 J	Info01	SZM-JU	Fr	16:00-17:00
Tänzerische Früherziehung	Info02	SZM-GYM	Do	14:30-15:30



Turnen		Halle	Tag	Zeit	Tag	Zeit	Tag	Zeit
Eltern-Kind-Turnen 1,5-3 J	Info03	SZM-A	Mo	15:45-16:45	Do	15:30-16:30		
Kinderturnen 4 - 6 J, Bu+Mä	Info04	SZM-TU	Do	15:30-16:30				
Kinderturnen Mix 6 - 8 J	Info05	SZM-TU	Fr	15:30-16:31				
Kinderturnen 5-8 J	Info06	VS-ABFAL	Mi	17:00-18:15				
Kinderturnen 5-9 J	Info07	VS-MAX	Do	17:00-18:30				
Jugendturnen ab 11 - 18 J	Info08	BGN-HA	Di	18:00-20:00	und	SZM-TU	Fr	18:00-20:00
Gerätturnen männl. 6 - 11 J	Info09	SZM-TU	Mi	15:30-17:00	Fr	15:00-16:30		
Gerätturnen wbl. Anf. 6 - 9 J	Info10	SZM-TU	Mo	15:00-16:30	Mi	15:00-16:30		



wettkampforient. Turnen:	Info	Halle	Tag	Zeit	Tag	Zeit	Tag	Zeit	Tag	Zeit	Tag	Zeit
Gerätturnen wbl Aufbau- Grp 6-9J	Info11	SZM-TU	Mo	15:30-17:30	Mi	15:00-17:00	Fr	15:00-17:00	Sa	10:00-12:00		
Kunstturnen wbl.ab 9 J (Mi* in Rif)	Info12	SZM-TU	Mo	16:30-19:30	Di	16:30-19:30	Mi*	16:30-19:30	Do	16:30-19:30	Sa	08:30-12:30
Gerätturnen wbl. 15 + (So* in Rif)	Info13	SZM-TU	Mo	19:00-21:30	Mi	19:00-21:30	Do	19:00-21:30	Fr	18:30-21:30	So*	09:00-13:00
Turn10, Mä Basisstufe 9 -12 J	Info14	SZM-TU	Di	16:00-18:30	Do	16:30-19:00						
Turn10, Mä Oberstufe ab 9 J	Info15	SZM-TU	Mo	17:00-19:00	Mi	16:45-19:00	Do	16:45-19:00				
Freies Turnen ab ca 15 J, (+, - ÜL)	Info16	SZM-TU	Mo	20:00-21:30	Di	20:00-21:30	Mi	20:00-21:30	Do	20:00-21:30	Fr	20:00-21:30

Rhönradturnen	Info	Halle	Tag	Zeit	Tag	Zeit	Tag	Zeit	Tag	Zeit
Rhönradturnen Anfäng ab 8 J	Info17	SZM-B	Mo	15:30-17:00	Do	15:30-17:00				
Rhönradturnen Fortgeschr. ab 11	Info18	SZM-B	Mo	17:00-19:00	Do	17:00-18:30	Fr	15:30-18:00		
Rhönrad Jugend , Junioren , Elite, Kader , Training	Info19	SZM-A	Di	18:00-21:30	Do	19:00-21:30	Fr	19:00-21:30	So	17:00-20:00
		SZM-B	Di	19:00-21:30	Do	18:30-21:30	Fr	18:00-21:30	So	17:00-20:00
Rhönrad Hobby - Gruppe ab 13J	Info20	SZM-B+A	Do	18:30-21:00						
Cyr -Einrad - Training ab ca 13 J	Info21	SZM-A	Mo	20:00-21:30						



Rhythmische Gymnastik	Info	Halle	Tag	Zeit	Tag	Zeit	Tag	Zeit
Rhythm.Gymn.Anfänger	Info22	SZM-GYM	Mi	14:30-15:30				
		SH-ALPEN	Fr	16:00-17:00				
Rhythmische Gymnastik Nachwuchs Grp, Paulina, Anna, Mariola	Info23	SZM-GYM	Di	14:30-16:30	Mi	14:30-16:30	Do	15:30-17:00
		MZR2.OG	Do	14:30-15:15	Fr	14:30-15:30		
		SZM-A	Fr	15:30-16:30				
		SH-ALPEN	Mo	17:00-20:00				
Rhythmische Gymnastik Leistungs Grp, Paulina, Anna , Mariola	Info24	SH-ALPEN	Mo	17:00-20:00	Do	17:30-20:00	Fr	15:30-17:30
		SZM-GYM	Di	15:00-17:30	Mi	16:00-17:30	Do	14:30-17:00
		LSO-HA	Mi	18:00-20:00				
		MZR2.OG	Fr	14:30-15:30				
		SZM-A	Fr	15:30-17:00				



Rhythm.Gym + Showdance	Info	Halle	Tag	Zeit	Tag	Zeit	Tag	Zeit
Rhythmische Gymnastik + Show-dance, Anfänger, 4 x Mo, Di, Mi	Info25	MZR2.OG	Mo	15:30-17:00	Di	15:30-17:30	Mi	15:30-17:00
		SZM-A	Di	15:30-17:00				
RhythmGymn + Showdance Nachw.Grpf Andrea Huber	Info26	SZM-GYM	Mo	17:00-19:00	Mi	17:00-19:00		
		SZM-A	Di	15:30-17:00				
Rhythm.Gymn+Show Nachwuchs-Grpf Gaby Stummer	Info27	MZR2.OG	Di	15:30-17:30	Fr	16:00-17:00		
		SZM-A	Mi	15:30-18:30	Fr	17:00-19:00		
RhythmGymn+ Showdance Leistungs.Grpf Andrea Huber	Info28	SZM-A	Mi	16:30-18:30				
		LSO-H	Di	17:30-20:00	Fr	16:00-20:00		
Rhythmische Gymn. Leistungs-Grpf Gaby Stummer	Info29	SZM-GYM	Fr	16:00-17:00				
		SZM-A	Mi	15:30-18:30	Fr	17:00-19:00	Sa	09:00-12:00
		LSO-HA	Di	17:30-20:00				
In Planung	Info30	VS-NONN	Do	18:00-20:00				

Legende

SZM-A	Sportz.Mitte.HalleA
SZM-B	Sportz.Mitte Halle B
SZM-GYM	Sportz.Mitte Gymh.
MZR2.OG	Sportz.Mitte MZR2.OG
SZM-JU	Sportz.Mitte Judoh.
SZM-TU	Sportz.Mitte.Turnz.
CDM-Gy	Ch.Doppler Gymnas.
ÜL	Mariola Bodnarchuk
ÜL	Kristina Kirnstötter
ÜL	Gaby Stummer
ÜL	Andrea Huber
ÜL	Paulina Miklavcic

Showdance	Info	Halle	Tag	Zeit	Tag	Zeit	Tag	Zeit
Showdance Anf.5-7 J Mä+Bu	Info31	SZM-GYM	Mo	14:00-16:00	Fr	14:30-15:30		
Showdance Anf.7-10 J Mä+Bu	Info32	SZM-GYM	Mo	15:00-17:00	Fr	14:30-16:30		
Showdance Fortgeschr.+ Schüler-kader +Nachwuchs-kader Mä+Bu, Kader 7-12, Nachwuchs Kader	Info33	SZM-GYM	Mo	15:00-17:00	Fr	16:30-17:30		
		MZR2.OG	Mo	17:00-18:00	Do	15:15-17:00		
		VS -PAR	Di	18:00-20:00	und	SZM-B	Fr	14:35-16:00
Showd.Leistungsgr.10-18 JMä+Bu	Info34	SZM-GYM	Do	17:00-19:00	Fr	17:30-19:30	Sa	09:00-14:00



Trampolinspringen	Info	Halle	Tag	Zeit	Tag	Zeit
Trampolin Kinder ab 6 J	Info35	SZM-A	Di	15:30-17:45		
Kinder 13 + /Erwachsene	Info36	SZM-B	Di	19:15-21:15		
Jugend ab 11 + , Mä +Bu	Info37	CDM-Gy	Mo	18:30-20:30		
Leistungskader ml + wbl	Info38	SZM-A	Di	17:15-19:45	Mi	15:30-18:30
Leistungskader ml + wbl	Info39	SZM-B	Fr	18:00-20:30	Sa	08:30 -11:00



BGN-HA	BGN-Halle Nonntal
VS-ABFAL	Volksschule Abfalder
VS-PAR	Volksschule Parsch
VS-MAX	Volksschule Maxglan2
SH-ALP	SH Alpenstrasse
LSO-HA	LSO Halle J.Preis Allee
VS-NONN	Volksschule Nonntal