

Trainings- und Übungszeiten 2024/25

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Damen SG AhrBann		19:00 – 20:30 MTB Halle II			19:00 – 20:30 MTB Halle II
Herren		20:00 – 22:00 MTB Halle II		20:00 – 22:00 Siershahn	
B-Jugend weiblich	17:30 – 19:00 Wirges			18:00 – 19:00 Siershahn	
B-Jugend männlich	18:30 – 20:00 MTB Halle II			18:00 – 19:30 MTB Halle II	
C-Jugend	17:00 – 18:30 MTB Halle II			18:00 – 19:30 MTB Halle II	
D-Jugend		18:00 – 19:30 MTB Halle II			17:00 – 18:30 Ruppach- Goldhausen
E-Jugend			17:30 – 19:00 Ruppach- Goldhausen		
Super-Minis Jg. 2019/2020				15:00 – 16:00 Bannberscheid	
Super-Minis Jg. 2017/2018				16:15 – 17:15 Bannberscheid	
Kinderturnen 3–5 Jahre					15:00 – 16:00 Bannberscheid
Kinderturnen Vor- und Grundschule					16:00 – 17:00 Bannberscheid
Eltern-Kind- Turnen					
Radsport Kids	Frühjahr bis Herbst	i. d. R. monatlich	Info jeweils von Mathias Baldus		
Radsport Touren	Frühjahr bis Herbst	nach Ansage geführte Touren	Info und Ausschreibung	von Mathias Baldus	
Ü50 Fitness				17:30 – 18:30 Bannberscheid	
Yoga	18:00 – 19:00 Bannberscheid				
Zumba® Fitness Kurs	18:45 – 19:45 Bannberscheid				

Bannberscheid = Aubachhalle | MTB = Montabaur Kreissporthalle II | Ruppach-Goldhausen =
Schulsporthalle | Siershahn = Turnhalle Overbergschule | Wirges = Sporthalle Theodor-Heuss-Schule