

Hallensport ganzjährig

Erwachsene

Frauengymnastik

dienstags von 19.30 bis 21.00 Uhr

Irmgard Schmidutz

Männnergymnastik

donnerstags von 20.00 bis 22.00 Uhr

Ferdinand Mildenberger

Step-Aerobic

montags von 8.30 bis 10.00 Uhr

mittwochs 18.30 bis 20.00 Uhr

Verena Müller, Gabi Mutter

Body-Forming

freitags von 18.00 bis 19.30 Uhr

Christine und Anne Einsiedler

Sport für junge Erwachsene

(ab 16 Jahren)

mittwochs 18.00 bis 19.30 Uhr

Pia Müller und Lilly Pfalzer

Yoga

montags von 19.00 bis 20.15 Uhr

Kurse werden ausgeschrieben

Ansprechpartnerin: Anne Baur

Tischtennis

Erwachsene montags 19.00 bis 22.00 Uhr

Für Hobbyspieler und Fortgeschrittene

TT-Schläger sind vorhanden!

Ansprechpartner: Wolfgang Kuberka

Indoor-Cycling

Über die Wintermonate

Kurse werden ausgeschrieben

begrenzte Teilnehmerzahl

Anmeldung erforderlich

Thomas Stuhlinger 01517/2484293

Sport In- und Outdoor

Fit for Fun

mittwochs 19.30 bis 21.30 Uhr

Thomas Mann

Wir **joggen und walken** in mehreren Leistungs-

gruppen und beenden den sportlichen Teil

gemeinsam mit Bodytuning und Stretching.

Bei Regen halten wir uns in der Halle fit.

Volleyball -

Beachvolleyball

freitags ab 19.30 Uhr in der MZH

Bei gutem Wetter sind wir auf dem Platz vor

der Turnhalle

Magdalena Rabus

Radsportgruppen

Rauf auf den Sattel, rein in die Pedale!

Hier ist für alle was dabei.

Hobby-Radelgruppe

ab 4. Mai

montags 17.00 Uhr MZH

15 - 20 km/h (meist E-Bikes) auf wenig

befahrenen Straßen

Irmgard Dodel 08331/6633

Sportradgruppe

ab April (je nach Wetterlage)

freitags 15.00 Uhr MZH

ca. 60 km mit einem Tempo von etwa

22 km/h (auch E-Bikes)

Xaver Siegel 08331/61441

Mountainbikegruppe

ab 14. April immer dienstags

gerade Kalenderwoche: Start 18.00 Uhr MZH

etwa 30 – 40 km

ungerade Kalenderwoche: Start 19.00 Uhr MZH

etwa 20 – 30 km

Walter Rückl 0170/4006209

NEU! NEU! NEU! NEU!

DARTS

freitags 19.00 Uhr

Ansprechpartner: Alexander Ruf

Kinder- und Jugendturnen

Eltern-Kind-Turnen

dienstags von 16.00 bis 17.00 Uhr

Melissa Baur und Team

Kindergartenturnen

derzeit mit Warteliste

dienstags von 15.00 bis 16.00 Uhr

Petra Bender und Team

Mädchenturnen I (1. bis 3. Klasse)

derzeit mit Warteliste

dienstags von 17.00 bis 18.30 Uhr

Melanie Schwindenhammer und Team

Bubenturnen (1. bis 4. Klasse)

derzeit mit Warteliste

montags von 16.30 bis 18.00 Uhr

Claudia Hieber und Team

Mädchenturnen II (ab 4. Klasse)

donnerstags von 17.15 bis 18.45 Uhr

Pia Müller und Lilly Pfalzer

Termine

21.03. Power Event

05.07. Kinderfest

13.09. Tischtennisvereinsmeisterschaft

! FREIZEITHELDEN GESUCHT !

Mitglieder / Übungsleiter / Helfer

Du hast Spaß und Freude am Sport?

Du bist gerne unter Menschen?

Du bist kreativ und möchtest eigene Ideen
einbringen und umsetzen?

Dann bist DU bei uns RICHTIG!

Vorstandschafft der SG Volkratshofen

1. Vorsitzende:	Bianca Geiger-Küchle	0176-39396988
2. Vorsitzender:	Tim Bender	0173-5367148
Kassierer:	Walter Bischof	08394-940220
Schriftführerin:	Melissa Baur	0160-6338682
Beisitzer:	Sabine Hakert	0173-9644452
	Ricarda Kotte	0172-9239909
	Jens Weingärtner	0179-4711186

Abteilungsleiter

Tischtennis:	Wolfgang Kuberka	0151-55585460
Darts:	Alexander Ruf	0172-9376447
Kinderturnen:		
	Melanie Schwindenhammer	0151-61591340
	Petra Bender	0172-3228712
Erwachsene:	Anne Baur	0160-3385096



Programm

2026

Weitere Infos und
aktuelles unter

www.sg-volkratshofen.de



Bei Fragen: info@sg-volkratshofen.de