



# Trainingsplan/Hallenbelegung ASV Arzheim 1946 e.V.

Arzheimer Hauptstraße 59, 76829 Landau-Arzheim (Eingang Hessengasse)

Infos unter [asv@arzheim.de](mailto:asv@arzheim.de) oder Tel. 0151-21694377



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9.00 - 11.00 Uhr		10.00 - 11.00 Uhr		
Verein zur Bewegungsförderung und Psychomotorik e.V. Landau		Krabbeltreff Eltern und Babys ASV bis 3 J.		
15.30 - 16.30 Uhr		15.00 - 16.00 Uhr		15.00 - 16.00 Uhr
Eltern-Kind-Turnen ASV 2-3 Jahre		Seniorengymnastik ASV Fit im Alter ab 70		Voltigieren
16:30 - 17:30 Uhr		16.30 - 18.00 Uhr	17.30 - 18:30 Uhr	
Kinderturnen ASV 4-6 Jahre		Voltigieren	Beachvolleyball für Erwachsene Mehrgenerationenpark ( witterungsbedingt )	
		18:15 - 19:45 Uhr	18.30 - 19.45 Uhr	
		Yoga für Fortgeschrittene ASV	Pilates & Yoga ASV	
	19.00 - 20.00 Uhr			
	OUTDOOR-HIIT Training hinter dem DGH ab 16 Jahre			
20.00 - 21.00 Uhr	20.00 - 22.00 Uhr	20.00 - 21.00 Uhr	20.15 - 21.15 Uhr	
Dart-Spiele/ Erwachsene ASV	Tischtennis Erwachsene im DGH	Gymnastik für Frauen ASV ab 60	Männergymnastik Senioren ASV	

## Infos zu den Trainingsangeboten:

Es kann bis zu 4x geschnuppert werden. Änderungen zur Vorversion sind rot markiert.

Farbliche Markierung: Sport für Kinder - Sport für Jugendliche/Erwachsene - Sport für Senior:innen

Stand Jan 2026

