Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
-10:30 – 11:30 Uhr **VfL – *Kurs 1*** ***Yoga am Morgen*** *Ev. Gemeindehaus* ***KLin: P. Spenner*** **-11:45 – 12:45 Uhr** **VfL – *Kurs 2*** ***Yoga am Morgen*** *Ev. Gemeindehaus* ***KLin: P. Spenner*** **-14:30 - 15:30 Uhr** **VfL Tamica 60+** ***ÜLin:Carola Schalk*** **-16:00 – 17:00 Uhr** **VfL Kinderturnen** **3,5 - 5 Jahre** ***ÜLin: P. Haas-Beilmann*** **16:30 –17:30 Uhr (Wi)** **17:30 - 18:30 Uhr (So)** **VfL Nordic Walking** Treffpunkt: Birkenberghalle ***ÜL:n.n.***	**-14:30- 15:30 Uhr** **VfL Senioren Ü-65** *ÜLin:Brigitte Rieken* **-15:40- 16:40 Uhr** **VfL„Tamica Traibel“** ***ÜLin:Carola Schalk*** **-16:45 – 18:00 Uhr** **VfL Männerturnen** Gruppe 2 ***ÜLin: Elena Knüttel*** **- 18:00 Uhr** **VfL Lauftreff** Treffpunkt: Parkplatz Birkenberghalle ***ÜL: K. Vollmar*** **-18:00 Uhr** **NEU:smoveyWalk** ***Vorplatz Halle*** ***ÜLin: N.Paulus*** **-18:00 - 19:15 Uhr** **VfL Volleyball** ***ÜLin: S. Schauß*** **-19:00 – 20:00 Uhr** **VfL Kurs-Jumping** ***KLin: St. Stephan*** *Bühne Birkenberghalle* ***-19:15 – 20:15 Uhr*** **VfL - *Kurs*** ***Yoga am Abend*** ***MZWR*** ***KLin: P. Spenner*** **-20:00 - 21:00 Uhr** **VfL *Kurs Zumba*** Birkenberghalle ***KLin: Lea Pohl***	**-14:00- 15:00 Uhr** **VfL** **Single-Tanz** **Tanzen ohne Partner am Nachmittag** ***ÜLin:Carola Schalk*** **-15:00- 16:00 Uhr** **VfL** **Paar-Tanz** **am Nachmittag** ***ÜLin:Carola Schalk*** **-17:45 – 19:00 Uhr** **VfL Explosion** **Showtanz für Mädchen** ***08-13 Jahre*** ***Bühne BBhalle*** ***ÜLin: Elena Knüttel*** **-20:15 - 22:00 Uhr** **VfL** **MIXED-Volleyball** ***ÜLin: S. Schauß***	**-14:30-15:30 Uhr** **Eltern/Kindturnen** Ab Laufalter – 3,5 Jahre ***ÜLin: P. Haas-Beilmann*** ***-16:45 – ca.18:00 Uhr*** **VfL - *Kurs*** ***Donnerstagsyoga*** ***Frühjahr/Herbst*** Birkenberghalle ***KLin: K.Gibbe*** ***-18:00- 18:25 Uhr*** **VfL** **Jumping Soft** ***ÜLin: Br. Dörr*** **-18:30 - 19:30 Uhr** **VfL - Wirbelsäulengymnastik** ***ÜLin: A. Riederer*** **NEU: ab 16.10.25** **-19:30 - 20:30 Uhr** VfL BodyMix ***ÜLin: B. Sulzbach*** **-20:30 - 21:30 Uhr** **VfL Rundum Fit** ***ÜLin: A. Riederer***	**-15:00 – 15:45 Uhr** **VfL Kinderturnen** **Vorschule / Kindergarten** ***ÜLin: Anna Ginz*** **-15:45 – 16:30 Uhr** **VfL Kinderturnen** 1.– 2. Klasse ***ÜLin: Anna Ginz*** **-16:45 – 17:45 Uhr** **VfL *Fitness für KIDs*** *ab. 3. Klasse aufwärts* ***ÜLin: Nicole Paulus*** **Samstag** ***10:00 – 12:15 Uhr*** **n.n.**

Wandergruppe: Monatlich an einem Sonntag, findet eine ca. 10 km lange, geführte Wanderung in näherer oder weiterer Umgebung statt. Hierzu sind auch „Gastwanderer“ herzlich willkommen.Nähere Infos: - www.vflroxheim.de oder facebook.com

Stand: 09/2025