| Uhrzeit | Montag | | Dienstag | | Mittwoch | | Donnerstag | | Freitag | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | Halle | Gymnastikraum | Halle | Gymnastikraum | Halle | Gymnastikraum | Halle | Gymnastikraum | Halle | Gymnastikraum |
| | 7.30-10 Uhr VHS | | Fit im Alter 8.30-9.30 Uhr | | | | BaKiGa 9.30-12.00 Uhr | | Sport nach Krebs 10.00-11.00Uhr | |
| | 10-12 Uhr BaKiGa | | Mama fit 9.40-10.40 Uhr | | | | | | | |
| 14.00-14.30 | | | | | | | | | | |
| 14.30-15.00 | | | | | | | | | | |
| 15.00-15.30 | | | | | | | Grashüpfer 15.15-16.15 Uhr | | Kunstturnen männlich | |
| 15.30-16.00 | | | | | Rückenschule I 15.45-16.30 Uhr | | | | | |
| 16.00-16.30 | Eltern-Kind Gr.2 16-15-17.15 Uhr | | | | | | | | | |
| 16.30-17.00 | | | | | Rückenschule II 16.45-17.30 Uhr | | Springmäuse 16.30-17.30 Uhr | | | |
| 17.00-17.30 | | Krav Maga (7-14 Jahre) | | Judo 17.15-19.15 Uhr | | | | | Wiesnkicker Maitis Kids | |
| 17.30-18.00 | | | TZC Kaiserberg Tauziehclub Maitis -14-tägig ab 3.11 | | | | Bamibini- Fußball 17.45 – 18.45 Uhr | | Kleinspielfeld oder TSV-Halle | |
| 18.00-18.30 | | Krav Maga * (ab 14 Jahre) | | | | | | | | |
| 18.30-19.00 | | | | | | | | | | |
| 19.00-19.30 | Rheumaliga (keine TSV-Gruppe) 19.00-19.45Uhr | Leichtathletik ab Klasse 5 | | | Inklusive Sportgruppe | Leichtathletik ab Klasse 5 | | | | |
| 19.30-20.00 | | | | Fußball (Strategie/Taktik) | | | Jedermänner (Faustball) | | | |
| 20.00-20.30 | Fitness und Gymnastik gemischt | | | | Aerobic | | | | Frauenturnen | |
| 20.30-21.00 | | | Wiesnkicker Maitis Frauen | | | | | | | |
| 21.00-21.30 | | | | | | | | | | |
| 21.30-22.00 | | | Kleinspielfeld oder TSV-Halle | | | | | | | |

*im Anschluss Schnellkrafttraining im Kraftraum