



VOLLEYBALL

Wer wir sind

Wir sind eine Gruppe von rund 10 sportlichen Frauen im Alter zwischen 20 und 50 Jahren aus der Gemeinde Lindau, der Stadt Winterthur und Umgebung.

Was wir tun

Wir treffen uns jeden Dienstag-Abend zum Volleyball-Training, wobei in der Sommersaison zur Abwechslung auch mal Beachen am Strickhof oder ein Kino-Besuch Platz haben. Im Winter spielen wir in der 1. Liga des STV (Region WTU) Volleyball. Wir gewinnen gerne und haben den Sieg stets im Auge; daneben sind uns aber auch ein gutes Spiel und Gemeinschaftssinn wichtig.

Wann wir trainieren

Dienstag, 19.30–21.30 Uhr in Grafstal

Interessiert?

Wir freuen uns auf Dich!

Melde Dich bei volleyball@grafstal.ch

JUGEND

Vom Muki-Turnen bis zu den 5.-Klässlern: Die Nachwuchsförderung ist uns wichtig. Unser Angebot für die Kleinsten:

Jugendturnkommission Lindau

Muki

1. Gruppe	Do	8.30–9.25	Grafstal
2. Gruppe	Do	9.30–10.25	Grafstal

KiTu

klein	Do	16.20–17.20	Winterberg
gross	Do	17.20–17.45	Winterberg

Juspo

MEITLI			
1.–3. Klasse	Mo	17.30–18.30	Grafstal
1.–3. Klasse	Mi	17.30–18.30	Tagelswangen
4.–5. Klasse	Mo	18.30–20.00	Tagelswangen
Juspo plus	Mo	18.30–20.00	Grafstal

BUEBE

klein	Mi	18.00–19.15	Winterberg
gross	Mo	17.30–18.45	Tagelswangen

TURNVEREIN

Unsere starken Männer des TV Grafstal trainieren:

TV

Kraft / Ausdauer	Di	20.00–21.30	Grafstal
Technik LA	Fr	19.30–21.30	Grafstal

Männerriege

Gruppe 40+	Di	20.00–21.30	Tagelswangen
Gruppe 60+	Mi	20.00–21.30	Winterberg





DAMENRIEGE

Wer wir sind

Fröhliche und aufgestellte Frauen im Alter von 15 bis 35, die gemeinsam die Damenriege Grafstal bilden und ihren Spass beim Schwitzen, Turnen und Lachen haben.

Was wir tun

Leichtathletik, Geräteturnen, Kondition und Spiel

Wann wir trainieren

Montag, 20.00–21.30 Uhr in Grafstal

Interessiert?

Wir freuen uns über neue Gesichter!

Melde Dich bei damenriege@grafstal.ch



FRAUENRIEGE

Wer wir sind

Wir sind Frauen, die gerne etwas für ihre Gesundheit machen.

Was wir tun

Den Körper fit halten.

Wann wir trainieren

Donnerstag, 17.45–18.45 Uhr in Winterberg

Interessiert?

Wir würden uns freuen, wenn wir ein paar neue Turnerinnen begrüßen könnten. «Chum doch einfach go luege!»

Melde Dich bei frauenriege@grafstal.ch



KORBBALL

Wer wir sind

Korbballbegeisterte Frauschaft aus der Umgebung Grafstal, von Bassersdorf bis Winterthur.

Was wir tun

In möglichst kurzer Zeit möglichst viele Bälle im gegnerischen Korb unterbringen. Die Trainings werden von unserem Trainer geleitet und sehr abwechslungsreich gestaltet (Ausdauer, Kraft, Korbwurf, Spieltaktik etc.). Hinzu kommt ein hoher Spassfaktor.

Wann wir trainieren

Donnerstag, 19.30–21.30 Uhr in Tagelswangen (Frühling, Sommer) oder in Grafstal (Herbst, Winter).

Interessiert?

Wir freuen uns über jedes neue Teammitglied.

Melde Dich bei korbball@grafstal.ch

