

Abteilung TURNEN FITNESSKURSE Erwachsene -Wintersaison-



MONTAG

12:00 – 13:00 Uhr

FITMAMA

Ort: TSV Turnhalle

DIENSTAG

17:30 – 18:30 Uhr

BAUCH-BEINE-PO

Ort: TSV Gymnastiksaal

MITTWOCH

09:00 – 10:00 Uhr

GYMNASTIK DAMEN 60+

Ort: TSV Turnhalle

DONNERSTAG

19:00 – 21:00 Uhr

GYMNASTIK HERREN 60+

Ort: TSV Turnhalle

FREITAG

18:00 - 19:30 Uhr

FULL BODY WORKOUT

Ort: Pestalozzischule alt

18:00 – 19:00 Uhr

BODYFORMING

Ort: Pestalozzischule alt

19:30 – 20:30 Uhr

GYMNASTIK DAMEN 60+

Ort: TSV Turnhalle

18:30 - 20:00 Uhr

FULL BODY WORKOUT

Ort: TSV Gymnastiksaal

MITTWOCH

20:00 – 22:00 Uhr

LINEDANCE

Ort: TSV Gymnastiksaal

19:00 – 20:00 Uhr

FITNESS GERÄTETRAINING

Ort: TSV Fitnessraum

19:00 – 20:00 Uhr

AEROBIC

Ort: Pestalozzischule alt

19:00 – 20:00 Uhr

STEP AEROBIC

Ort: Pestalozzischule alt

20:00 – 21:00 Uhr

FITNESS GERÄTETRAINING

Ort: TSV Fitnessraum

SONNTAG

09:30 – 11:00 Uhr

OUTDOOR FIT

Start: TSV Eingang

20:00 – 21:00 Uhr

ZUMBA®

Ort: TSV Turnhalle

19:15 – 20:15 Uhr

GYMNASTIK DAMEN 60+

Ort: Mozartschule

20:00 – 21:00 Uhr

STEP AEROBIC

Ort: Pestalozzischule alt

20:00 – 21:00 Uhr

ZUMBA®

Ort: TSV Turnhalle

Informationen zu den
Trainingsangeboten:



Voranmeldung über:
turnen@tsv-gersthofen.de

