

TOP FIT durch die Ferien

Pfingstferien 2018

Vom 22. Mai bis 2. Juni 2018 finden folgende Stunden statt:

<u>22.05. Dienstag</u>	07.30 – 08.30	WORKOUT FÜR DEN RÜCKEN	TSV-H	Karin Sch. Kornelia Carmen Andrea
	17.00 – 18.00	PILATES	TSV-G	
	18.00 – 19.00	ZUMBA FITNESS	TSV-G	
	19.00 – 20.00	FITNESS MIT STEP	TSV-G	
<u>23.05. Mittwoch</u>	08.30 – 09.30	FITNESS OHNE STEP	TSV-G	Andrea Marlis Manfred u.a. Lisa
	08.30 – 09.30	NATURAL WALKING	Hasenweg	
	19.00 – 20.00	LAUFTREFF	Hasenweg	
	19.30 – 20.30	BODYFIT	TSV-G	
<u>24.05. Donnerstag</u>	08.30 – 09.30	ZUMBA FITNESS	TSV-G	Carmen Cara Andrea Marlis Karin Sch.
	18.00 – 19.00	ZUMBA FITNESS	TSV-H	
	18.30 – 19.30	FITMIX	TSV-G	
	19.00 – 20.00	NATURAL WALKING	Hasenweg	
	20.00 – 21.00	WORKOUT FÜR DEN RÜCKEN	TSV-G	
<u>25.05. Freitag</u>	08.30 – 09.30	FUNKTIONELLE GYMNASTIK	TSV-G	Birgit Michelle Cara
	10.00 – 11.00	SENIORINNENGYMNASTIK	TSV-G	
	17.00 – 18.00	ZUMBA STEP	TSV-H	
<u>26.05. Samstag</u>	09.30 – 10.30	FITNESS OHNE STEP	TSV-G	Andrea Cara
	10.00 – 11.00	ZUMBA FITNESS	TSV-H	
<u>28.05. Montag</u>	17.30 – 18.30	WALDLAUF (DAMEN)	Hasenweg	Margret Lucia Lisa Marlis Manfred u.a.
	18.00 – 19.00	STEP	TSV-G	
	19.00 – 20.00	BODYFIT	TSV-G	
	19.00 – 20.00	NATURAL WALKING	Hasenweg	
	19.00 – 20.00	LAUFTREFF	Hasenweg	
<u>29.05. Dienstag</u>	10.00 – 11.00	WORKOUT	TSV-G	Lena Lena Kornelia
	11.00 – 12.00	FASZIEN & BEWEGLICHKEIT	TSV-G	
	18.15 – 19.30	PILATES MEETS YOGA	TSV-G	
<u>30.05. Mittwoch</u>	08.30 – 09.30	NATURAL WALKING	Hasenweg	Marlis Birgit Andrea Lisa Manfred u.a.
	08.30 – 09.30	FUNKTIONELLE GYMNASTIK	TSV-G	
	18.30 – 19.30	FITMIX	TSV-G	
	19.30 – 20.30	BODYFIT	TSV-G	
	19.00 – 20.00	LAUFTREFF	Hasenweg	
<u>01.06. Freitag</u>	10.00 – 11.00	SENIORINNENGYMNASTIK	TSV-G	Michelle Cara
	17.00 – 18.00	STRONG BY ZUMBA	TSV-G	
<u>02.06. Samstag</u>	10.00 – 11.00	ZUMBA FITNESS	TSV-H	Cara