

TOPFIT durch die Ferien

# Osterferien 2019

Vom 15. bis 27. April 2019 finden folgende Stunden statt:

<b><u>15.04. Montag</u></b>	15.00 – 16.00	WALDLAUF DAMEN	Hasenweg	Margret
	18.00 – 19.00	PILATES (M)	TSV-G	Kornelia
	19.00 – 20.00	BODYFIT	TSV-G	Lisa
	19.00 – 20.00	NATURAL WALKING	Hasenweg	Marlis
	19.00 – 20.00	LAUFTREFF	Hasenweg	Manfred u.a.
<hr/>				
<b><u>16.04. Dienstag</u></b>	07.30 – 08.30	WORKOUT FÜR DEN RÜCKEN	TSV-H	Karin
	18.30 – 19.30	BARRE CONCEPT	TSV-G	Michaela
<hr/>				
<b><u>17.04. Mittwoch</u></b>	08.45 – 09.45	OUTDOOR-WORKOUT Treffpunkt <b>vor</b> der TSV-Halle		Lena
	08.30 – 09.30	NATURAL WALKING	Hasenweg	Marlis
	17.00 – 18.00	WORKOUT MIT BRASILS	TSV-G	Michaela
	19.00 – 20.00	LAUFTREFF	Hasenweg	Manfred u.a.
	19.30 – 20.30	BODYFIT	TSV-G	Lisa
<hr/>				
<b><u>18.04. Donnerstag</u></b>	09.00 – 10.00	WORKOUT	TSV-G	Michaela
	18.00 – 19.00	FITMIX OHNE STEP	TSV-G	Andrea
	19.00 – 20.00	NATURAL WALKING	Hasenweg	Marlis
	20.00 – 21.00	WORKOUT FÜR DEN RÜCKEN	TSV-G	Karin
<hr/>				
<b><u>20.04. Samstag</u></b>	09.30 – 10.30	FITMIX OHNE STEP	TSV-G	Andrea
	10.00 – 11.00	ZUMBA FITNESS	TSV-H	Cara
<hr/>				
<b><u>23.04. Dienstag</u></b>	07.30 – 08.30	WORKOUT FÜR DEN RÜCKEN	TSV-H	Karin
	18.00 – 19.00	PILATES (M)	TSV-G	Kornelia
	19.00 – 20.00	BODYFIT	TSV-G	Lisa
<hr/>				
<b><u>24.04. Mittwoch</u></b>	08.30 – 09.30	NATURAL WALKING	Hasenweg	Marlis
	09.00 – 10.00	BARRE CONCEPT	TSV-G	Michaela
	17.30 – 18.30	WORKOUT MIT BRASILS	TSV-G	Michaela
	19.00 – 20.00	LAUFTREFF	Hasenweg	Manfred u.a.
	19.30 – 20.30	BODYFIT	TSV-G	Lisa
<hr/>				
<b><u>25.04. Donnerstag</u></b>	09.00 – 10.00	WORKOUT	TSV-G	Michaela
	18.00 – 19.00	ZUMBA FITNESS	TSV-G	Carmen
	19.00 – 20.00	NATURAL WALKING	Hasenweg	Marlis
	20.00 – 21.00	WORKOUT FÜR DEN RÜCKEN	TSV-G	Karin
<hr/>				
<b><u>26.04. Freitag</u></b>	09.00 – 10.00	WORKOUT MIT BRASILS	TSV-G	Michaela
	18.00 – 19.00	FITMIX MIT STEP	TSV-G	Andrea
<hr/>				
<b><u>27.04. Samstag</u></b>	09.30 – 10.30	FITMIX OHNE STEP	TSV-G	Andrea
	10.00 – 11.00	ZUMBA FITNESS	TSV-H	Cara