



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
			9:00-09:45 Traudl 60+ Gruppe 1 TSV Level gelb maximal 20 TN (Termine: 28.04.- 21.07.)	
	9:00-10:00 Birgit Body Fit TSV Level gelb-orange maximal 20 TN (Termine: 26.04.- 19.07.)		9:45-10:15 Traudl 60+ Gruppe 2 TSV Level gelb maximal 20 TN (Termine: 28.04.- 21.07.)	
	11:15-12:00 Birgit Jahrgangsgymnastik 1936/37 TSV Level gelb maximal 20 TN (Termine: 26.04.- 19.07.)		10:30-11:30 Traudl Bodygymnastik TSV Level gelb-orange maximal 20 TN (Termine: 28.04.- 21.07.)	
	16:00-17:00 Steffanie D. Eltern Kind Turnden TSV Level gelb maximal 15 Kinder (Termine: 31.05. - Schnuppertag Kurs: 14.06. - 19.07.)	16:00-17:30 Antonia O. Hip-Hop (8-16 Jahre) TSV Level gelb-orange maximal 20 TN (Termine: 27.04.- 13.07.)	17:10-18:00 Lisanne, Lena Action Minis (3-6 Jahre) TSV Level gelb maximal 18 TN (Termine: 28.04.- 21.07.)	
18:00-19:00 Beate A. Rundum Fit TSV Level gelb-orange maximal 20 TN (Termine: 02.05.- 04.07.)		18:00-19:00 Lena E. WORLD JUMPING® Basic TSV Level gelb-orange maximal 20 TN (Termine: 27.04.- 13.07.)	18:00-19:00 Lena E. Hula Hoop für Anfänger TSV Level gelb maximal 20 TN (Termine: 28.04.- 06.07.)	
19:00-20:30 Melanie Vinyasa Yoga TSV Level orange max. 20 TN (Termine: 25.04.- 18.07.)	19:00-20:00 Wolfgang Men's Fit TSV Level gelb-orange maximal 20 TN (Termine: 26.04.- 19.07.)			
				19:00-21:00 Wolfgang Jedermänner TSV Level gelb-orange maximal 15 TN (Termine: 29.04.- 22.07.)

Wohlfühlspor (gelb):

Level für alle Freizeit- und Gelegenheitssportler. Gemäßigtes Training zur Ausdauer-, Kraft- und Koordinationsförderung.

Fitness (orange):

Für Sportler, die regelmäßig trainieren und eine gute körperliche Leistungsfähigkeit haben. Ziel ist die Steigerung des Wohlbefindens.

Athletik (rot):

Die Teilnehmer sind aktiv und mit der Trainingsmethode vertraut. Ziel ist die Kraft- und/oder Ausdauer-Steigerung. ==> Rote Kurse dürfen derzeit nicht stattfinden.

Gültig ab: Mai 2022

kostenloser Kurs für Mitglieder | Offener Kurs für alle