

FIT IN DEN FRÜHLING MIT DEN KURSANGEBOTEN DER GYMNASTIKABTEILUNG

GÜLTIG AB DEM 19.02.2024

Bitte zu jeder Stunde eine eigene Matte mitbringen!



ERWACHSENE

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG
17:30 - 18:15 Uhr	18:30 – 20:00 Uhr	17:30 - 18:45 Uhr	19:00 - 20:00 Uhr
Fit im Alter durch Bewegung	Walken (ab Beginn Sommerzeit)	Rückenfit mit Entspannung	Ganzkörpertraining
Brigitte, Annette, Maria, Resi TSV Sportheim	Stilla Treffpunkt Spangler	Brigitte TSV Sportheim	Resi TSV Sportheim

18:30 - 19:30 Uhr

Qigong

Gerda
TSV Sportheim

19:00 - 20:00 Uhr

Bodyfit

Maria
TSV Sportheim

19:45 - 20:45 Uhr

Body Flow

Raphaela
TSV Sportheim



KIDS CORNER - immer montags!

16:00 - 17:00 Uhr

Eltern-Kind-Turnen, ab
Laufalter mit Begleitung

Janine

Schulturnhalle

17:00 - 18:00 Uhr

Sport & Spaß für Kids,
4-7 Jahre

Monika

Schulturnhalle

18:00 - 19:00 Uhr

Sport & Spaß für Kids,
7-10 Jahre

Monika

Schulturnhalle

PREISE

Jahresbeitrag Mitgliedschaft (Hauptverein + Abteilungsbeitrag)

Erwachsene 65 €
Kinder 22 €



www.tsv-poettmes.de/gymnastik
gymnastik@tsv-poettmes.de
www.facebook.com/TsvPoettmesGymnastik