

AKTUELLER KURSPLAN

FITNESS

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

12:00 – 13:00 Uhr

FITMAMA

TSV Turnhalle

18:00 – 19:00 Uhr
BODYFORMING
Pestalozzischule alt

19:00 – 20:00 Uhr
WORKOUT
Pestalozzischule alt

19:15 – 20:15 Uhr
GYMNASTIK DAMEN 60+
Mozartschule

18:00 – 19:30 Uhr
BAUCH-BEINE-PO
TSV Gymnastiksaal

19:30 – 20:30 Uhr
GYMNASTIK DAMEN 60+
TSV Turnhalle

20:00 – 21:00 Uhr
STEP AEROBIC
Pestalozzischule alt

18:30 – 20:00 Uhr
FULL BODY WORKOUT
TSV Gymnastiksaal

20:00 – 21:00 Uhr
**FITNESS
GERÄTETRAINING**
TSV Fitnessraum

19:30 – 20:00 Uhr
HULA HOOP®
20:00 – 21:00 Uhr
ZUMBA®
TSV Turnhalle

20:00 – 22:00 Uhr
LINEDANCE
TSV Gymnastiksaal

19:00 – 20:00 Uhr
GYMNASTIK HERREN 60+
TSV Turnhalle

19:00 – 20:00 Uhr
YOGA
TSV Gymnastiksaal

09:00 – 10:00 Uhr
GYMNASTIK DAMEN 60+
TSV Turnhalle

18:00 – 19:30 Uhr
FULL BODY WORKOUT
Pestalozzischule alt

19:00 – 20:00 Uhr
**FITNESS
GERÄTETRAINING**
TSV Fitnessraum

19:30 – 20:00 Uhr
HULA HOOP®
20:00 – 21:00 Uhr
ZUMBA®
TSV Turnhalle

Samstags
finden aktuell keine
Kurse statt

Voranmeldung über:
tumen-trainingetstv-
gersthofen.de

09:00 – 10:00 Uhr
BODY & SOUL
TSV Turnhalle

Informationen zu den
Trainingsangeboten:

