

Übungsstundenangebote der Gymnastikabteilung TV 1863 während der Sommerferien 2018

<u>GRUPPE</u>	<u>Tag</u>	<u>Uhrzeit</u>	<u>Ort</u>	<u>ÜL</u>	<u>TERMINE</u>
Aerobic:	Montag	18.30-19.45 Uhr,	Kletterhalle,	Stella M.	25.06./ 02.07./ 09.07. und 16.07.
Bodywork/Step-Aerobic:	Dienstag	19.00-20.00 Uhr,	Kletterhalle,	C. Riske	26.06./ 03.07./ 10.07./ und 17.07.
Fitness-Gym:	Montag	19.00-20.15 Uhr,	Alte Turnhalle,	S. Linke	25.06.
Fit für Frauen ab 50:	Mittwoch	10.00-11.00 Uhr,	GRH,	B. Hoeves	27.06./ 04.07./ 11.07./ 25.07./ 01.08.
Fit von Kopf bis Fuß ab 50:	Montag	18.00-19.00 Uhr,	Alte TV Halle,	B. Hoeves	25.06./ 23.07. und 30.07.
Gut und Trainiert:	Dienstag	09.00-10.00 Uhr,	GRH,	S. Roskosch	26.06./ 03.07./ 10.07./ und 31.07.
Pilates:	Montag	9.00-10.00 Uhr,	Kursraum GRH,	S. Roskosch	25.06./ 02.07./ 09.07. und 30.07.
Pilates:	Dienstag	19.00-20.00 Uhr,	Kursraum GRH,	S. Roskosch	26.06./ 03.07./ 10.07. und 31.07.
Power-Yoga:	Montag	18.15-19.30 Uhr,	Kursraum GRH,	U. Strauß	16.07./ 23.07. und 30.07.
Senioren-Gym Damen:	Montag	10.00-11.00 Uhr,	GRH,	S. Roskosch	25.06./ 02.07./ 09.07. und 30.07./
Senioren Männer:	Dienstag	10.00-11.00 Uhr,	GRH,	S. Roskosch	26.06./ 03.07./ 10.07. und 31.07.
Senioren-Gym:	Donnerstag	09.00-10.00 Uhr,	GRH,	S. Roskosch	28.06./ 05.07./ 12.07. und 02.08.
Waschbärgruppe:	Mittwoch	19.00-20.00 Uhr,	GRH,	S. Roskosch	27.06./ 04.07./ 11.07. und 01.08.
Yoga:	Donnerstag	19.30-21.30 Uhr,	Kursraum GRH,	U. Roßmann	28.06./ 05.07./ 19.07./ 26.07. und 02.08.
Walking:	Dienstag	ab 17.00 Uhr,	Treffpunkt Waldparkplatz	Richtung Birkenruhe	alle 6 Wochen jeden Di