



Turnverein 1863 e V. Groß-Zimmern

Darmstädter Str.43, 64846 Groß-Zimmern, Telefon 06071/739424, email: info@tv1863.de

Übungsstundenangebote des TV 1863 während der Sommerferien 2019

| <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. | | 01.07./ 08.07./ und 15.07. |
| Bodywork/Step-Aerobic: | Dienstag | 19.00-20.00 Uhr, | Kletterhalle, C. Riske | | 02.07./ 09.07./ 16.07./ und 30.07. |
| Fitness-Gym: | Montag | 19.00-20.15 Uhr, | Alte Turnhalle, S. Linke | | 01.07./ 08.07. und 15.07. |
| Fitness-Gym: | Donnerstag | 10.00-11.15 Uhr, | Alte Turnhalle, S. Linke | | 04.07./11.07. und 18.07. |
| Fit für Frauen ab 50: | Mittwoch | 10.00-11.00 Uhr, | GRH, B. Hoeves | | 10.07./ 31.07./ und 07.08. |
| Fit von Kopf bis Fuß ab 50: | Montag | 18.00-19.00 Uhr, | Alte Turnhalle, B. Hoeves | | 08.07./ 29.07. und 05.08. |
| Gut und Trainiert: | Dienstag | 09.00-10.00 Uhr, | GRH, S. Roskosch | | 02.07. und 06.08. |
| Gut und Trainiert: | Freitag | 09.00-10.00 Uhr, | GRH, S. Roskosch | | 26.07. und 02.08. |
| Klettern für Kinder: | Montag | 17.30-18.30 Uhr, | Kletterhalle, T. Maruhn | | 01.07. und 08.07 |
| Klettern, freies - ohne Anleitung: | Donnerstag | 19.00-21.00 Uhr, | Kletterhalle | | 18.7./ 25.07./ 01.08. und 08.08. |
| Pilates: | Montag | 9.00-10.00 Uhr, | Kursraum GRH, S. Roskosch | | 01.07./ 22.07./ 29.07. und 05.08. |
| Pilates: | Dienstag | 19.00-20.00 Uhr, | Kursraum GRH, S. Roskosch | | 02.07./ 23.07./ 30.07. und 06.08. |
| Power-Yoga: | Montag | 18.15-19.30 Uhr, | Kursraum GRH, U. Strauß | | 15.07./ 22.07./ 29.07. und 05.08. |
| Senioren-Gym Damen: | Montag | 10.00-11.00 Uhr, | GRH, S. Roskosch | | 01.07./ 22.07./ 29.07. und 05.08. |



Turnverein 1863 e V. Groß-Zimmern

Darmstädter Str.43, 64846 Groß-Zimmern, Telefon 06071/739424, email: info@tv1863.de

- | | |
|---|---|
| Senioren Männer: Dienstag 10.00-11.00 Uhr, GRH, S. Roskosch | findet während den Ferien immer statt |
| Senioren-Gym: Donnerstag 09.00-10.00 Uhr, GRH, S. Roskosch | findet während den gesamten Ferien statt |
| Waschbärgruppe: Mittwoch 19.00-20.00 Uhr, GRH, S. Roskosch | findet während den Ferien immer statt |
| Yoga: Donnerstag 19.30-21.00 Uhr, Kursraum GRH, U. Roßmann | 04.07./ 11.07./ 25.07./ 01.08. und 08.08. |
| Walking: Dienstag ab 17.00 Uhr, Treffpunkt Waldparkplatz Richtung Birkenruhe | findet während den gesamten Ferien statt |

Bitte beachten: Kurzfristige Änderungen im Übungsangebot sind möglich!