






Kursplan Gymnastik-Abteilung SV Tennenlohe

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
8.30-9.30 Fit in die Woche (Monika) GR		8.30-9.30 Wirbelsäulengymnastik (Christiane) GR		8.00 – 9.00 Nordic Walking (Christiane) Feuerwehrhaus	-
	9.00-10.00 Gymnastik 50+ (Christine) online	9.30-10.30 Yoga für alle (Dasha) GR		Neu! 9.00-10.00 Fit und Vital (Markus) GR	10.30 – 11.30 Eltern-Kinder-Turnen (Nina) TH
				Neu! 10.00-11.00 Fit ab 65 (Markus) GR	
Neu! 16.00-17.00 Workout4Teens (ab 12 Jahren) (Markus) GR	17.00-18.00 Ball-Bambinis (4-6 Jahre) (Geli,Gabriel) TH	Neu! 16.00-17.00 Eltern-Kinder-Turnen (1,5-4 Jahre) (Nina) TH	Neu! 16.00-16.45 Zumbakids (6-11 Jahre) GR (Sabrina)	15.30 -16.30 Schülerturnen 1 (1./2. Klasse) (Birgit, Geli) TH	
17.00-18.00 Faszientraining (Christiane) GR	Neu! 17.00-18.00 Pilates (Bettina) GR	17.00 -18.00 Zumbateens (ab 12 Jahren) (Sabrina) TH	16.30-17.30 Schülerturnen 2 (3./4. Klasse) (Birgit, Geli) TH	17.00 – 18.00 Yoga (Dasha)	
	Neu! 18.00-19.00 Dance Aerobics für junge Erwachsene (Raquel) GR	18.00-19.00 Step Aerobics (Raquel) GR	18.00-19.00 Fitness-Gymnastik (Monika) GR		
	19.15 - 20.15 Zumba (Carolin) GR	Neu! 19.00-20.00 Body in Balance (Birgit) TH	19.00-20.00 Bodywork Surprise (Birgit) GR		

Sportverein Tennenlohe e.V. 1950
Sebastianstraße 2a
91058 Tennenlohe

Sportstätten: Turnhalle, Gymnastikraum, Freibereich vor Turnhallen- Eingang
Kinderkurse sind schwarz /Erwachsenenurse sind blau
Weitere Informationen auf unserer Homepage: www.svtennenlohe.de