



SUMMERTIME BEIM TURNVEREIN

Wir bringen euch FIT durch den Sommer



Dieses Angebot ist für Mitglieder und Nicht-Mitglieder kostenlos !

Mo. 24.07.	18.00 - 19.00	Sport im Park ad. HvK -Outdoor Fitness-Melanie
Di. 25.07.	09.00 + 10.00	Fit & Aktiv 60+ , "Rund herum" mit Ursula
Mi. 26.07.	09.30 - 10.30	Pilates mit Sabine
Mi. 26.07.	10.00 + 18.00	Radtour mit Manni
Mi. 26.07.	14.00 - 15.00	Senioren sport mit Brigitte
Mi. 26.07.	18.15 + 19.15	Jumping Fitness mit Melanie(mit Voranmeldung)



Sport im Park ad HvK -Yoga Einsteiger-Cora	Mo. 31.07.	18.00 - 19.00
Fit in den Tag mit Claudia	Di. 01.08.	09.00 + 10.00
Pilates mit Sabine	Mi. 02.08.	09.30 - 10.30
Radtour mit Manni	Mi. 02.08.	10.00 + 18.00
Senioren sport mit Brigitte	Mi. 02.08.	14.00 - 15.00
Körper & Geist eine Einheit mit Claudia	Mi. 02.08.	18.15 + 19.15

Mo. 07.08.	18.00 - 19.00	Sport im Park ad HvK-Walking-Michaela
Di. 08.08.	09.00 + 10.00	Fit & Aktiv 60+ , "Rund herum" mit Ursula
Mi. 09.08.	14.00 - 15.00	Senioren sport mit Brigitte
Mi. 09.08.	18.15 + 19.15	Krafttraining mit Hannelore



Sport im Park ad. HvK-Einstieg Sportabzeichen	Mo. 14.08.	18.00 - 19.00
Fit & Aktiv 60+ , "Rund herum" mit Ursula	Di. 15.08.	09.00 + 10.00
Radtour mit Manni	Mi. 16.08.	10.00 + 18.00
Senioren sport mit Brigitte	Mi. 16.08.	14.00 - 15.00
Koordination & Balance mit Valeska	Mi. 16.08.	18.15 + 19.15

Mo. 21.08.	18.00 - 19.00	Sport im Park ad HvK-Pilates-Michaela
Di. 22.08.	09.00 + 10.00	Fit in den Tag mit Claudia
Mi. 23.08.	10.00 + 18.00	Radtour mit Manni
Mi. 23.08.	14.00 - 15.00	Senioren sport mit Brigitte
Mi. 23.08.	18.15 + 19.15	T-Bow & Nia mit Manja
So. 27.08.	10.00 - 16.00	Tagestour mit Manni



Sport im Park ad. HvK-Zirkeltraining-Michaela	Mo. 28.08.	18.00 - 19.00
Fit in den Tag mit Claudia	Di. 29.08.	09.00 + 10.00
Radtour mit Manni	Mi. 30.08.	10.00 + 18.00
Senioren sport mit Brigitte	Mi. 30.08.	14.00 - 15.00
Rücken Fit & Staby-Gym mit Gerhard	Mi. 30.08.	18.15 + 19.15