

**MONTAG**

Nr. 10	8.45-10.15 Uhr	Hatha - Yoga	Michaela Apostel
Nr. 11	11.15-12.15 Uhr	Vorb. Wirbelsäulen-Gymnastik	Tanja Buchberger
Nr. 11 a	17.30-19.00 Uhr	Zumba + BBP-Training	Dagmar Korbelius

**DIENSTAG**

Nr. 17	10.45-11.45 Uhr	Qi-Gong - Chinesische Heilkunst	Maja Jonas
--	16.00-17.00 Uhr	Ballett (6-10 Jahre)	Giulia Rossi
Nr. 18	17.15-18.15 Uhr	Haltung + Bewegung durch Ganzkörpertraining	Stefanie Bischof
Nr. 19	18.20-19.20 Uhr	Haltung + Bewegung durch Ganzkörpertraining	Stefanie Bischof
Nr. 20	19.35-20.50 Uhr	High-Low-Aerobic mit BBP-Training	Dagmar Korbelius

**MITTWOCH**

Nr. 15	8.30-9.30 Uhr	Haltungstraining - sanft und effektiv	Miriam Bischof
--	16.00-17.00 Uhr	Kinder-Yoga (6-9 Jahre)	Grete Remenji

**DONNERSTAG**

	9.00-10.15 Uhr	Pilates	Manuela Hahn	<b>ab 26.09.2019</b>
Nr. 25	10.30-11.30 Uhr	Vorb. Wirbelsäulen-Gymnastik	Sieglinde Kreiser	
Nr. 28	18.30-19.30 Uhr	Haltung + Bewegung durch Ganzkörpertraining	Stefanie Bischof	
Nr. 29	19.50-21.20 Uhr	Step-Aerobic und Bodytraining	Dagmar Korbelius	

**FREITAG**

---	9.00-10.00 Uhr	Gymnastik " 55 - Plus " ganzjährig nur für TSV-Mitglieder	Sieglinde Kreiser
Nr. 30	10.00-12.00 Uhr	Gemeinsam tanzen in Kursform - Gebühr auf Anfrage	Sieglinde Kreiser
---	15.45-16.45 Uhr	Jazzdance (14-16 Jahre)	Lisa Kindler
--	16.45-17.45 Uhr	Jazzdance (11-13 Jahre)	Lisa Kindler