

Aktuelle Studiokurse

MONTAG

Nr. 10	8.45-9.45 Uhr	Hatha - Yoga	Michaela Apostel
	10.00-11.00 Uhr	Hatha – Yoga	Michaela Apostel
Nr. 11	11.30-12.30 Uhr	Vorb. Wirbelsäulen-Gymnastik	Tanja Buchberger
	16.15.-17.00 Uhr	Ballschule	
Nr. 11 a	18.00-19.00 Uhr	Zumba	Dagmar Korbelius Ab 05.10.2020

DIENSTAG

Nr. 17	10.45-11.45 Uhr	Qi-Gong - Chinesische Heilkunst	Maja Jonas
	16.00-17.00 Uhr	Ballett 6-10 Jahre	Jasmin Talano
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	19.30-20.45 Uhr	High-Low-Aerobic mit BBP-Training	Dagmar Korbelius Ab 06.10.2020

MITTWOCH

Nr. 15	8.30-9.30 Uhr	Haltungstraining - sanft und effektiv	Miriam Bischof
	15.30-16.15 Uhr	Kindertanz 3-5 Jahre	Miriam Bischof
	17.00-17.45 Uhr	Ballschule	

DONNERSTAG

	9.00-10.15 Uhr	Pilates	Manuela Hahn
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	19.45-21.15 Uhr	Step-Aerobic und Bodytraining	Dagmar Korbelius Ab 08.10.2020

FREITAG

9.00-10.00 Uhr	Gymnastik " 55 - Plus " ganzjährig nur für TSV-Mitglieder	Sieglinde Kreiser
10.00-12.00 Uhr	Gemeinsames Tanzen in Kursform – Gebühr auf Anfrage	Sieglinde Kreiser
13.45-14.30 Uhr	Kindertanz 6-9 Jahre	Miriam Bischof
14.45-15.30 Uhr	Kindertanz 10-13 Jahre	Miriam Bischof
15.45-16.45 Uhr	Jazzdance 14-16 Jahre	Lisa Kindler
17.00-18.00 Uhr	Jazzdance 11-13 Jahre	Lisa Kindler
18.00-20.00 Uhr	Jazzdance	Miriam Bischof