

SOMMERFERIENPROGRAMM

TSV SCHWARZENBEK

04. JULI - 14. AUGUST

WOCHE 1 04.07. - 08.07.

Fitness

Montag, 08:00 - 09:00 Uhr
Gymnastikraum Buschkoppel

Jedermänner

Montag, 17:00 - 18:00 Uhr
Compehalle

Zumba

Montag, 20:00 - 21:00 Uhr,
Sporthalle Buschkoppel 2

Line Dance

Dienstag, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 1

Funktions-Gymnastik

Dienstag 19:15 - 20:30 Uhr
Gymnastikraum Buschkoppel

Pilates

Mittwoch, 10:30 - 11:30 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

60+ Gymnastik

Mittwoch, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Functional Training

Mittwoch, 18:00 - 18:45 Uhr
Mittwoch, 19:00 - 19:45 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 2

Line Dance

Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr
PZ Compeschule

Zumba

Donnerstag, 19:00 - 20:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 2

Fitness

Freitag, 08:00 - 09:00 Uhr
Gymnastikraum Buschkoppel

Rückenschule

Freitag, 10:00 - 11:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Rückenschule II

Freitag, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Line Dance

Freitag, 17:00 - 18:30 Uhr,
Compehalle

WOCHE 2 11.07. - 15.07.

Jedermänner

Montag, 17:00 - 18:00 Uhr
Compehalle

Line Dance

Dienstag, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 1

Funktions-Gymnastik

Dienstag 19:15 - 20:30 Uhr
Gymnastikraum Buschkoppel

Pilates

Mittwoch, 10:30 - 11:30 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

60+ Gymnastik

Mittwoch, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Functional Training

Mittwoch, 18:00 - 18:45 Uhr
Mittwoch, 19:00 - 19:45 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 2

Line Dance

Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr,
PZ Compeschule

Rückenschule

Freitag, 10:00 - 11:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Rückenschule II

Freitag, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Line Dance

Freitag, 17:00 - 18:30 Uhr
Compehalle

WOCHE 3 18.07. - 22.07.

Line Dance

Dienstag, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 1

Fitness

Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Funktions-Gymnastik

Dienstag 19:15 - 20:30 Uhr
Gymnastikraum Buschkoppel

Pilates

Mittwoch, 10:30 - 11:30 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Functional Training

Mittwoch, 18:00 - 18:45 Uhr
Mittwoch, 19:00 - 19:45 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 2

Line Dance

Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr
PZ Compeschule

Line Dance

Freitag, 17:00 - 18:30 Uhr
Compehalle

WOCHE 4 25.07. - 29.07.

Fitness

Montag, 08:00 - 09:00 Uhr
Gymnastikraum Buschkoppel

Line Dance

Dienstag, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 1

Fitness

Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Funktions-Gymnastik

Dienstag 19:15 - 20:30 Uhr
Gymnastikraum Buschkoppel

Pilates

Mittwoch, 10:30 - 11:30 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Functional Training

Mittwoch, 18:00 - 18:45 Uhr
Mittwoch, 19:00 - 19:45 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 2

Line Dance

Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr
PZ Compeschule

Fitness

Freitag, 08:00 - 09:00 Uhr
Gymnastikraum Buschkoppel

Line Dance

Freitag, 17:00 - 18:30 Uhr
Compehalle

WOCHE 5 01.08. - 05.08.

Fitness

Montag, 08:00 - 09:00 Uhr
Gymnastikraum Buschkoppel

Jedermänner

Montag, 17:00 - 18:00 Uhr
Compehalle

Line Dance

Dienstag, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 1

Fitness

Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

60+ Gymnastik

Mittwoch, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Functional Training

Mittwoch, 18:00 - 18:45 Uhr
Mittwoch, 19:00 - 19:45 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 2

Line Dance

Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr
PZ Compeschule

Fitness

Freitag, 08:00 - 09:00 Uhr,
Gymnastikraum Buschkoppel

Rückenschule

Freitag, 10:00 - 11:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Rückenschule II

Freitag, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Line Dance

Freitag, 17:00 - 18:30 Uhr
Compehalle

WOCHE 6 08.08. - 12.08.

Fitness

Montag, 08:00 - 09:00 Uhr
Gymnastikraum Buschkoppel

Jedermänner

Montag, 17:00 - 18:00 Uhr
Compehalle

Zumba

Montag, 20:00 - 21:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 2

Line Dance

Dienstag, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 1

Fitness

Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

60+ Gymnastik

Mittwoch, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Functional Training

Mittwoch, 18:00 - 18:45 Uhr
Mittwoch, 19:00 - 19:45 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 2

Line Dance

Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr
PZ Compeschule

Zumba

Donnerstag, 19:00 - 20:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel 2

Rückenschule

Freitag, 10:00 - 11:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Rückenschule II

Freitag, 11:00 - 12:00 Uhr
Sporthalle Buschkoppel

Line Dance

Freitag, 17:00 - 18:30 Uhr
Compehalle

**OHNE ANMELDUNG:
VORBEIKOMMEN.
MITMACHEN.**

**FITNESS &
GESUNDHEIT**

