

Übungsangebot des TV "Frisch Auf" Eisenbach 1895

Montag:		Wo
16:00 - 17:00 Uhr	Wettkampf Gymnastik, 8 - 9 Jahre	Halle
17:00 - 18:00 Uhr	Wettkampf Gymnastik, 5 - 7 Jahre	Halle
18:15 - 19:15 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Gymnastikraum
18:15 - 19:30 Uhr	Fitness für Alle	Halle
18:30 - 20:00 Uhr	Radfahren (Mai - September)	Treffpunkt Parkplatz Halle
19:30 - 20:30 Uhr	Fitnessgymnastik für Frauen "Fit nach acht"	Gymnastikraum

Dienstag:		Wo
10:00 - 11:45 Uhr	Turnen Kooperation mit Kita	Halle
16:15 - 17:30 Uhr	Eltern & Kind Turnen	Halle
19:00 - 20:00 Uhr	Pilates für Fortgeschrittene (Kurs)	Gymnastikraum
20:00 - 21:15 Uhr	Fitness für Männer (Kurs)	Halle

Mittwoch:		Wo
09:15 - 10:15 Uhr	Pilates für Aufgeweckte (Kurs)	Gymnastikraum
17:00 - 19:00 Uhr	Gerätturnen Mädchen, ab 12 Jahren	Halle
18:00 - 19:15 Uhr	Die Turnerfrauen - Fitness-Mix ab 60	Gymnastikraum

Donnerstag:		Wo
15:45 - 16:45 Uhr	Turnen für Kleinkinder, 3 - 5 Jahre	Halle
15:45 - 16:45 Uhr	Gardetanz, 5 - 7 Jahre	Gymnastikraum
17:00 - 18:00 Uhr	Gardetanz, 8 - 11 Jahre	Halle
18:00 - 19:00 Uhr	Gardetanz, ab 5. Klasse	Halle
18:00 - 19:00 Uhr	Pilates für Teilnehmer mit Vorkenntnissen (Kurs)	Gymnastikraum
18:00 - 20:00 Uhr	Faszien (Kurs, aktuell pausiert)	Halle
19:15 - 20:15 Uhr	Zumba (Kurs)	Gymnastikraum
19:30 - 20:30 Uhr	Complete Body Fitness / Rücken (Kurs)	Halle

Freitag:		Wo
17:00 - 18:00 Uhr	Einstieg in das Gerätturnen Mädchen, 6 - 12 Jahre	Halle und Gymnastikraum
18:00 - 19:00 Uhr	Gerätturnen - männlich, 5 - 6 Jahre	Halle
18:00 - 20:00 Uhr	Gerätturnen - männlich, ab 7 Jahren	Halle
20:00 - 22:00 Uhr	Volleyball für Jedermann	Halle

Samstag:		Wo
10:00 - 12:00 Uhr	Gardetanz für Solomariechen, ab 6 Jahren	Halle
10:30 - 12:30 Uhr	Showtanzgruppe New Xpression (aktuell pausiert)	Halle / Gymnastikraum

Sonntag:		Wo
17:30 - 19:00 Uhr	LineDance Treff	Gymnastikraum
18:00 - 19:00 Uhr	Intervallfitness	Halle