

Kursplan TSV Schnaitsee Herbst/Winter 2025/2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Fit bis ins hohe Alter*¹ 10 - 11 Uhr <i>mit Anneliese</i>	Indoor-Cycling*³ 9.30 – 10.30 Uhr <i>wechselnde Trainer</i>				
Bewegen statt Schonen*¹ 16.15 – 17.45 Uhr <i>mit Elisabeth</i>			Garde-Training 15.30 – 17.30 <i>mit Beate</i>		
Indoor-Cycling*³ 18.00 – 19.00 Uhr <i>wechselnde Trainer</i>	Cross Fit*² 18.15 – 19.15 Uhr <i>mit Hanna</i>	Bewegen statt Schonen*¹ 17.45 – 19.15 Uhr <i>mit Anneliese</i>		Indoor-Cycling*³ 16.30 – 17.30 Uhr <i>wechselnde Trainer</i>	
HIIT*² 19.15– 20.15 Uhr <i>mit Raphi und Julia im Wechsel</i>	Indoor-Cycling*³ 19.30 – 20.30 Uhr <i>wechselnde Trainer</i>	Damenfitness-gymnastik*¹ 19.30 – 21 Uhr <i>wechselnde Trainer</i>	Indoor-Cycling*³ 19 - 20 Uhr <i>wechselnde Trainer</i>		

*¹ Infos und Anmeldung direkt bei Anneliese Unterforsthuber unter 08074-8987 oder Anneliese-Unterforsthuber@web.de und Elisabeth Liebold unter 08074-1030 oder elisabethliebold@gmx.de

*² offene Kurse. Anmeldung und weitere Infos unter fitness@tsv-schnaitsee.de auf der Homepage www.tsv-schnaitsee.de

*³ offene Kurse. Registrierung und Anmeldung zum Indoor-Cycling auf der Homepage: www.tsv-schnaitsee.de - Kurse starten ab Oktober 2025



Mehr Infos zu den Kursinhalten findet ihr unter www.tsv-schnaitsee.de