

Kursplan TSV Schnaitsee Juni – Juli 2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Fit bis ins hohe Alter*¹ 10 - 11 Uhr mit Anneliese			Beckenbodentraining*¹ 11 - 12 Uhr mit Elisabeth (Nachholkurs)		
Bewegen statt Schonen*¹ 18 – 19.30Uhr mit Elisabeth (Nachholkurs)	Pilates*³ 18.15 – 19.15 Uhr mit Sophia	Bewegen statt Schonen*⁵ Zeit wird bekanntgegeben mit Anneliese	Langhantel-Workout*⁶ 18.30 – 19.30 Uhr mit Lisa	DeepWorkout*⁷ 18.30 – 19.30 Uhr mit Micha	
Yoga*² 19.30 – 20.30 Uhr mit Anna	Cross Fit*⁴ 19.30 – 20.30 Uhr mit Manu	Damenfitness-gymnastik*¹ 19.30 – 21 Uhr wechselnder Trainer			



Anneliese



Manu



Anna



Elisabeth



Lisa



Sophia



Annemarie



Marion



Micha

*¹ Kurse starten im Herbst 2021. Weitere Infos folgen.

*⁵ Kurs wird fortgeführt und startet sobald Teilnehmer von Anneliese kontaktiert werden.

*² offener Kurs startet am Montag nach den Pfingstferien, Anmeldung unter fitness@tsv-schnaitsee.de (Gebühr von 5,00 €/Stunde wird vor jeder Stunde eingesammelt).

*⁶ Kurs startet am Donnerstag nach den Pfingstferien, Anmeldung unter fitness@tsv-schnaitsee.de (Gebühr von 5,00 €/Stunde wird vor jeder Stunde eingesammelt).

*³ offener Kurs startet am Dienstag nach den Pfingstferien, wöchentliche Anmeldung fitness@tsv-schnaitsee.de (Gebühr von 5,00 €/Stunde wird vor jeder Stunde eingesammelt).

*⁷ Kurs wird fortgeführt und Teilnehmer werden zeitnah informiert.

*⁴ Kurs wird fortgeführt und startet sobald Teilnehmer von Manu kontaktiert werden.

Bitte beachtet die aktuellen Corona-Regeln auf der Homepage!