TV 08 Grüningen e.V.

Kursplan

- aktueller Plan ab November 2023 -

Montag		Dienstag			Mittwoch		Donnerstag			Freitag	
15:15 Uhr Kinderturnen I (4 - 6 Jahre) 60 Min.								ab 18:00 Uhr Training Herren Trainerstunden und freies Spielen			
16:15 Uhr Kinderturnen II (ab 6 ½ Jahren) 60 Min.		18:00 - 19:30 Uhr Tischtennis Kids Anfänger, Fortgeschrittene und Mannschafts- spieler/innen 90 Min.			16:00 - 17:00 Uhr Eltern-Kind- Turnen 60 Min.		18:00 - 19:30 Uhr Tischtennis Kids Anfänger, Fortgeschrittene und Mannschafts- spieler/innen 90 Min.				
17:30 Uhr Senioren- Gymnastik 60+ 60 Min.	ab 17:00 Uhr Training Damen Trainerstunden und freies Spielen		ab 18:00 Uhr Training Herren Trainerstunden und freies Spielen	17:45 Uhr Herausfordernde Yoga Praxis 65 Min. ❶ / ❷		ab 18:00 Uhr Training Damen und Herren Trainerstunden und freies Spielen		19:00 - 20:00 Uhr Training - Jugend (12 - 16 Jahre) Anfänger und Fortgeschrittene 60 Min.		16:00 - 17:00 Uhr Kindertraining (6 - 12 Jahre) 60 Min. ab 16:00 Uhr und Freies Spielen für Jedermann *Interessierte sind herzlich willkommen!*	18:30 Uhr Walking-Treff ca. 60 Min. (Apr.-Okt.)
18:45 Uhr Sparkling Lights 60 Min. ❶ / ❷		20:00 - 22:00 Uhr Tischtennis Erwachsene 120 Min.		19:00 Uhr Ruhige Yoga Praxis 65 Min. ❶ / ❷			20:00 - 22:00 Uhr Tischtennis Erwachsene 120 Min.		18:00 Uhr Pilates 60 Min.		19:00 Uhr Sonderkurse nach Aushang 60 Min. ❷ /❸
20:00 Uhr Bodyshape I 60 Min. ❶						19:00 - 21:00 Uhr Training Herren und freies Spielen 120 Min.					

Abteilung:	Fitness/Turnen	Tischtennis	Tennis	Tennis im Winter	Walking
Treffpunkt:	Limeshalle	Limeshalle	Tennisplatz (ab April wieder)	Alternate Sportpark Linden	Parkplatz am Sportplatz

Intensität des Kurses:	Einsteiger ❶	Mittelstufe ❷	gute Kondition erforderlich ❸

Weitere Infos:

www.tv08-grueningen.de

find us facebook