

TV 08 Grüningen e.V.



Kursplan

- Stand 01/2022 -

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	Samstag	Sonntag
15:45 Uhr Kinderturnen I (3 ½ - 5 ½ Jahre) 60 Min.	16:00 Uhr und 16:45 Uhr							16 Uhr Freies Spielen für Jedermann <i>Interessierte sind herzlich willkommen!</i>		
16:45 Uhr Kinderturnen II (ab 6 Jahren) 60 Min.	Training 10- bis 14-Jährige (Anfänger und Fortgeschrittene) je 45 Min.	18:00 - 19:30 Uhr Tischtennis Kids			16:30 Uhr Eltern-Kind-Turnen 60 Min.		18:00 - 19:30 Uhr Tischtennis Kids			
17:45 Uhr Senioren- Gymnastik 60+ 60 Min.	17 Uhr Training Damen Trainerstunden und freies Spielen	Anfänger, Fortgeschrittene und Mannschafts- spieler/innen 90 Min.	18 Uhr Training Herren Trainerstunden und freies Spielen	17:45 Uhr Herausfordernde Yoga Praxis 65 Min. ②		18 Uhr Training Damen und Herren Trainerstunden und freies Spielen	18 Uhr Training Herren Freies Spielen	18:30 Uhr Walking-Treff 60 Min. (Apr.-Okt.)		
18:45 Uhr Sparkling Lights 90 Min. ① / ②		20:00 - 22:00 Uhr Tischtennis		18:55 Uhr Ruhige Yoga Praxis 65 Min. ①				20:00 - 22:00 Uhr Tischtennis	19:00 Uhr Sonderkurse nach Aushang 60 Min. ② / ③	
20:15 Uhr Bodyshape I 60 Min. ①		Erwachsene 120 Min.					Erwachsene 120 Min.			

Abteilung:

Fitness/Turnen

Tischtennis

Tennis

Walking

Treffpunkt:

Limeshalle

Limeshalle

Tennisplatz

Parkplatz am
Sportplatz

Intensität des Kurses:

Einsteiger

①

Mittelstufe

②

gute Kondition
erforderlich

③

Weitere Infos:

www.tv08-grueningen.de



find us on facebook