

TV 08 Grüningen e.V.



Kursplan

- Stand 08/2018 -

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	Samstag	Sonntag
15:30 Uhr Kinderturnen I (3-6 Jahre) 60 Min.	15:30 Uhr und 16:15 Uhr							16 Uhr Freies Spielen für Jedermann <i>Interessierte sind herzlich willkommen!</i>		
16:30 Uhr Kinderturnen II (ab 7 Jahre) 60 Min.	Trainingsstunden für Kids (Anfänger und Fortgeschrittene) je 45 Min.	18:00 Uhr Tischtennis Kids Anfänger, Fortgeschrittene und Mannschafts- spieler/innen 90 Min.		16:30 Uhr Eltern-Kind- Turnen 60 Min.		18:00 Uhr Tischtennis Kids Anfänger, Fortgeschrittene und Mannschafts- spieler/innen 90 Min.				
17:30 Uhr Senioren- Gymnastik 60+ 60 Min.	17 Uhr Training Damen Trainerstunden und freies Spielen		18 Uhr Training Herren Trainerstunden und freies Spielen	17:00 Uhr Yoga 75 Min. ① / 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.)		
19:00 Uhr Sparkling Lights 60 Min. ① / ②		19:30 Uhr Tischtennis				19:30 Uhr Tischtennis		19:00 Uhr Sonderkurse nach Aushang 60 Min. ② / ③		
20:15 Uhr Bodyshape I 60 Min. ①		Erwachsene 150 Min.				Erwachsene 150 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