

TV 08 Grüningen e.V.



Kursplan

- Stand 09/2022 -

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

Abteilung:

Fitness/Turnen	Fitness/Turnen	Tischtennis	Tennis	Walking
----------------	----------------	-------------	--------	---------

Treffpunkt:

Limeshalle	ev. Gemeinde- haus, Limesstr. 2	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