

Montag

15.00 - 16.00 Uhr Purzelturnen I (4½ - 6 Jahre) mit Anette Niedernostheide und Angie Hinsen

16.00 - 17.00 Uhr Purzelturnen II (3 - 4½ Jahre) mit Insa Schneider und Ursula Born

16.00 - 17.00 Uhr Senioren Gym/Fitness für Hochaltrige (Gym-Raum Schule Eidengesäß) mit Sylvia Krieg

17.00 - 18.00 Uhr Mädchenturnen I (ab 6 Jahre) mit Ursula Born und Anja Kienzle

17.00 - 18.00 Uhr Zeit für Mich/Fitness für Frauen (Gym-Raum Schule Eidengesäß) mit Sylvia Krieg

18.00 - 19.00 Uhr Fitnessgymnastik mit Anke Girg

19.00 - 20.30 Uhr Rundum - Fit und Entspannt mit Birgit Kissner

Dienstag

16.00 - 17.00 Uhr Mini - Club (Eltern-Kind-Turnen ab ca. 1 Jahr) mit Ursula Born und Sylvia Krieg

18.00 - 19.00 Uhr Ski-Gymnastik - Start ab 06.10.2015 bis ins Frühjahr - Anmeldung 06051-74601

oder birgit.kissner@t-online.de mit Birgit Kissner

19.00 - 20.00 Uhr Power Gym, Bauch-Beine-Po mit Silvia Krieg

20.00 - 22.00 Uhr Volleyball für Jedermann/-frau

Mittwoch

16.00 - 17.00 Uhr Aufbau II für Mädchen mit Angie Hinsen und Insa Schneider

17.00 - 18.00 Uhr Jungen Turnen (ab 5 1/2 Jahre) mit Angie Hinsen und Insa Schneider

18.00 - 19.00 Uhr Step Aerobic-Kurs für Fortgeschrittene - Anmeldung 06051-72183

oder tuta@w84mail.de mit Insa Schneider

19.00 - 20.00 Flexibar-Schwing-Stab-Kurs für Anfänger - Anmeldung 06051-72183

oder tuta@w84mail.de mit Insa Schneider

Ab 18.00 Uhr/im Winter ab 15.00 Uhr Nordic Walking / Walking ab der Jugendherberge Geislitz mit Friedel Born

Donnerstag

18.30 bis 20.00 Uhr Yoga-Kurs vom 10.09.2015 bis 10.12.2015 (12 x) ; Pause am 22.10. und 29.10.

(Gym-Raum Schule Eidengesäß) Anmeldung 06051-72183 oder tuta@w84mail.de - (Kursgebühren: Mitglieder 18,00 Euro, Nichtmitglieder 60,00 Euro) mit Gudrun Franz

20.15 - 22.00 Volleyball Mix mit Insa Schneider

Freitag

Samstag

10.00 - 11.00 Uhr Mini-Club (Eltern-Kind-Turnen) mit Ursula Born und Sylvia Krieg

11.00 - 12.00 Uhr Flexibar-Schwing-Stab-Kurs für Könner - Anmeldung 06051-72183

oder tuta@w84mail.de mit Insa Schneider

Ab 15.00 Uhr Nordic Walking / Walking ab der Jugendherberge mit Friedel Born