

Ferienprogramm der Turnabteilung vom 21.10. - 30.10.2024



Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
08:30-10:00				Nordic Walking für Alle Parkplatz Ellernholt (findet auch am 31.10. statt)
16:00-17:00		Familienstunde ab 1 1/2 Jahre Turnhalle/Musäusstaße	Familienstunde ab 1 1/2 Jahre Turnhalle/Musäusstaße	
			Seniorengymnastik/ Rehasport Turnhalle/Schela	
17:00-18:00	Seniorengymnastik/ Rehasport Turnhalle/Schela	Kinderturnen 3 - 8 Jahre Turnhalle/Musäusstaße	Kinderturnen 3 - 8 Jahre Turnhalle/Musäusstaße	
			Herzsport/ Übungsgruppe Turnhalle/Schela	
18:00-19:00	Rückengymnastik Turnhalle/Schela	Body Fitness Turnhalle/Musäusstaße	Body Fitness Turnhalle/Musäusstaße	
			Konditionstraining kleine Turnhalle/ Musäusstaße	
			Herzsport/ Trainingsgruppe Turnhalle/Schela	
19:00-20:00	Yoga für Alle Turnhalle/Schela		Yoga für Alle kleine Turnhalle/ Musäusstaße	

Bitte bringt warme Kleidung (eine Decke für Yoga) für die Sportstunden mit, da die Hallen teilweise noch nicht geheizt sind. Danke!