

Stand: Januar 2024

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Große Gelenke bewegen Forum (5 Einheiten) 10.00-11.00 Uhr 40 € Mitgl./ 47,50 € NM Alexandra	Beckenboden Forum 9.00-10.00 Uhr 65 € Mitgl./ 80 € NM Anja	Aquafitness Stadtbad Ditzingen 8.00 Uhr 75 € Mitgl./ 90 € NM Anja	Bewegen statt schonen 50+ / Halle 9.15-10.15 Uhr 65 € Mitgl./ 80 € NM Alba	Rollator-Fitness Forum 11.00-11.45 Uhr 60 € Mitgl./ 75 € NM Alexandra
Bewegen statt schonen 60+ / Halle 11.00-12.00 Uhr 65 € Mitgl./ 80 € NM Alexandra	AlltagsTrainingsProgramm Halle ATP® 10.15-11.00 Uhr 11.15-12.00 Uhr 55 € Mitgl./ 70 € NM Klaus	Aquafitness Stadtbad Ditzingen 14.15-15.00 Uhr 75 € Mitgl./ 90 € NM Anja / Krupa	 Die gekennzeichneten Kurse werden von vielen Krankenkassen bezuschusst. Erfragen Sie dies vorab bei Ihrer Krankenkasse.	Antara® Forum 17.30-18.45 Uhr 95 € Mitgl./ 115 € NM Alba
Line Dance (Halle) 17.00-18.00 Uhr 18.00-19.00 Uhr 65 € Mitgl./ 80 € NM Elke	Pilates Forum 17.00-18.00 Uhr 75 € Mitgl./ 90 € NM Sabine	Für die Präventionskurse ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich. Aktuelle Informationen zu unseren Kursen und zur Anmeldung erhalten Sie unter kurse.tsf-ditzingen.de oder kurse@tsf-ditzingen.de .		
Aquafitness (Stadtbad) 18.00-18.45 Uhr 19.00-19.45 Uhr 20.00-20.45 Uhr 75 € Mitgl./ 90 € NM Ortrud				
Hatha-Yoga (Forum) 18.00-19.15 Uhr 19.30-20.45 Uhr 95 € Mitgl./ 115 € NM Annette				



Viele unserer Kurse sind mit dem Siegel „Pluspunkt Gesundheit“ des Deutschen Turner-Bunds ausgezeichnet.

