Turn- und Sportfreunde Ditzingen 1893 e.V.

Gesundheit und Prävention – Juni 2021

GYMWELT
WIR LEBEN FITNESS. IM VEREIN.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Bewegen statt Schonen ab 7.6. outdoor Body Style 8.00-9.00 Uhr Alba				
Bewegen statt Schonen ab 7.6. outdoor 60+ 9.15-10.15 Uhr Alba **Fit Mix** ab 7.6. online 9.15-10.15 Uhr Lukas	**Beckenboden** ab 22.6. TSF SportCenter* 9.15-10.15 Uhr Anja	**Fit und Gesund** ab 23.6. outdoor 9.15-10.15 Uhr Anja		
Bewegen statt Schonen ab 7.6. outdoor 50+ 10.30-11.30 Uhr Alba	** nur bei Öffnungsstufe 2 **		**Fit im Alltag** ab 10.6. online 10.30-11.30 Uhr Alba	**Fit Mix** ab 25.6. outdoor 10.00-11.00 Uhr Martina

Hatha Yoga ab 7.6. online 18.45-20.00 Uhr Annette	**Faszienpilates** ab 8.6. online 18.30-19.30 Uhr Diana	**Hatha Yoga** ab 9.6. online 18.30-19.30 Uhr Shammi	**Antara®** ab 10.6. online / innen 18.45-20.00 Uhr Alba	
		Fit for Fun (BBP) ab 16.6. online 19.00-20.00 Uhr Sofia	***Antara®*** **** sobald innen möglich,* *2 Gruppen SportCenter **** *Alba*	

Alle Kurse starten als 5er Kurse

Änderungen vorbehalten. Aktuelle Informationen zu unseren Kursen, zu Preisen und Anmeldung erhalten Sie unter kurse.tsf-ditzingen.de.