

FiT-Kurse (gültig ab dem 16.05.2022)

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

SAMSTAG

SONNTAG

BAUCH BEINE PO
18:00-18:50
KR 3 • Ingeborg

YOGA
(siehe Sportmeo)
18:00-19:30
KR 1

ZUMBA® TONING
18:00-18:50
KR 4 • Christin

ZUMBA®
19:00-19:50
KR 4 • Christin

INDOOR CYCLING
19:00-19:50
KR 3 • Sarah

deepWORK®
20:00-20:50
KR 4 • Michaela

STRETCHING
10:00-10:50
KR 4 • Steffi/Ursula

bodyART®
18:00-18:50
KR 3 • Michaela

PILATES®
19:00-19:50
KR 3 • Michaela

BODYSTYLING
19:00-19:50
KR 4 • Ingeborg

INDOOR CYCLING
09:00-09:50
KR 2 • Barbara

BAUCH BEINE PO
17:00-17:50
KR 3 • Ingeborg

HOT METAL
18:00-18:50
KR 4 • Linda

ZUMBA®
19:00-19:50
KR 4 • Melanie

YOGA RÜCKEN
09:00-10:30
KR 2 • Tanja

YOGA RÜCKEN
10:45-12:15
KR 2 • Tanja

deepWORK®
18:00-18:50
KR 4 • Christian

VINYASA YOGA
18:00-18:50
KR 1 • Petra

YOGA RÜCKEN & FASZIEN
19:00-19:50
KR 1 • Petra

bodyART®
19:00-19:50
KR 4 • Christian

BAUCH BEINE PO
09:00-09:50
KR 2 • Rosi

STRETCHING
10:00-10:50
KR 2 • Rosi

YOGA – MIX
10:30-12:00
(siehe Aushang)

Die Anmeldung zu unseren
FiT-Kursen erfolgt online unter:
<https://tsvmannheim.sportmeo.com>



allgemeine Kurse & Seniorensportkurse (gültig ab 16.05.2022)

MONTAG

DIENSTAG

MITTWOCH

DONNERSTAG

FREITAG

Allgemeine Gymnastik
09:00-09:50
KR 4 • Steffi/Ursula

Wirbelsäulengymnastik
09:00-09:50
KR 4 • Angela

Allgemeine Gymnastik
09:00-09:50
KR 4 • Ingeborg

Stuhlgymnastik
10:00-10:50
KR 4 • Dagmar

Seniorengymnastik
10:00-10:50
KR 4 • Ingeborg

Seniorengymnastik
10:00-10:50
KR 3 • Andrea

Seniorengymnastik
11:00-11:50
KR 4 • Dagmar

Seniorengymnastik
11:00-11:50
KR 2

Wirbelsäulengymnastik
11:00-11:50
KR 2 • Helga

Stuhlgymnastik
11:00-11:50
KR 3 • Andrea

Stuhlgymnastik
12:00-12:50
KR 4 • Dagmar

Senioren aktiv
13:00-13:50
KR 2 • Angela

Stuhlgymnastik
12:00-12:50
KR 4 • Andrea

Wirbelsäulengymnastik
14:00-14:50
KR 4

Wirbelsäulengymnastik
15:00-15:50
KR 4

Wirbelsäulengymnastik
15:00-15:50
KR 4 • Angela

Allgemeine Gymnastik
17:00-17:50
KR 4 • Ursula

**Allg. Gymnastik
(Jedermann)**
19:00-19:50
Halle B

Wirbelsäulengymnastik
18:00-18:50
KR 3 • Ursula

**Allg. Gymnastik
(Skigymnastik)**
19:00-19:50
KR 1



BITTE BEACHTEN:

Es gilt für jeden Kurs eine Anmeldepflicht.

Online Anmeldung unter:
<https://tsvmannheim.sportmeo.com>

Telefonische Anmeldung:
Montags von 09:00 Uhr – 11:00 Uhr
unter: **0621 76 21 18 12**