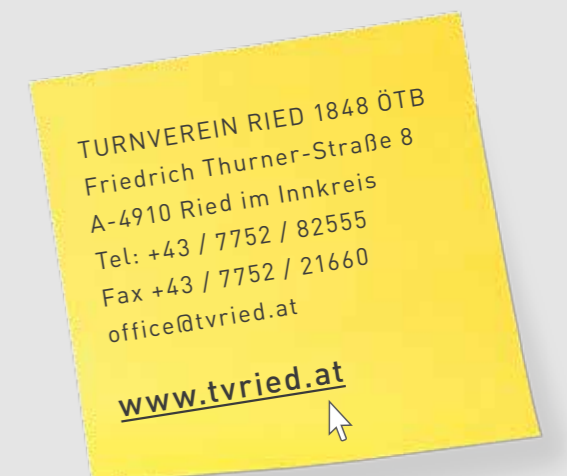


KURSPROGRAMM TURNEN UND FITNESS

WINTERSEMESTER 2011/2012



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
09 ⁰⁰ - 10 ³⁰ / Trainer: Barbara S. Yoga / Fortgeschrittene ¹ Frauen / Männer KURS	09 ⁰⁰ - 10 ⁰⁰ / Trainer: Eva Gymnastik Light Frauen / Männer NEU! KURS	08 ³⁰ - 09 ¹⁵ / Trainer: Tanja Pilates Frauen / Männer KURS	15 ⁰⁰ - 16 ³⁰ / Trainer: Hermann Gerätturnen Mädchen 6-10 Jahre	15 ⁰⁰ - 16 ⁰⁰ / Trainer: Barbara E. ElternKindTurnen Mutter/Vater/Kind
15 ⁰⁰ - 16 ³⁰ / Trainer: Hermann Gerätturnen Mädchen 6-10 Jahre	10 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰ / Trainer: Eva Zumba Frauen / Männer NEU! KURS	09 ¹⁵ - 10 ¹⁵ / Trainer: Tanja Gymnastik mit Musik Frauen / Männer KURS	15 ⁰⁰ - 16 ³⁰ / Trainer: Hermann Gerätturnen Knaben 6-10 Jahre	16 ⁰⁰ - 17 ⁰⁰ / Trainer: Barbara E. Kleinkinder-Turnen Mädchen / Knaben 5-6 Jahre
15 ⁰⁰ - 16 ³⁰ / Trainer: Hermann Kunstturnen ² Knaben 6-10 Jahre	15 ⁰⁰ - 16 ³⁰ / Trainer: Hermann Gerätturnen Knaben 6-10 Jahre	17 ³⁰ - 18 ³⁰ / Trainer: Pascal Tanzwerk Kids 8-11 Jahre NEU! SONDERKURS	16 ³⁰ - 18 ⁰⁰ / Trainer: Hermann Gerätturnen Mädchen 10-14 Jahre	17 ³⁰ - 19 ⁰⁰ / Trainer: div. Trainer Kondi-Training Mädchen / Knaben ab 10 Jahre NEU!
16 ³⁰ - 18 ⁰⁰ / Trainer: Hermann Gerätturnen Mädchen 10-14 Jahre	15 ⁰⁰ - 16 ³⁰ / Trainer: Hermann Kunstturnen ² Mädchen 6-10 Jahre	18 ⁴⁵ - 19 ⁴⁵ / Trainer: Pascal Tanzwerk Juniors 12-15 Jahre NEU! SONDERKURS	16 ³⁰ - 18 ⁰⁰ / Trainer: Hermann Gerätturnen Knaben 10-14 Jahre	19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰ / Trainer: Christiane Gymnastik SeniorenInnen
16 ³⁰ - 18 ⁰⁰ / Trainer: Hermann Kunstturnen ² Knaben 10-14 Jahre	16 ³⁰ - 18 ⁰⁰ / Trainer: Hermann Gerätturnen Knaben 10-14 Jahre	20 ³⁰ - 21 ³⁰ / Trainer: Pascal Tanzwerk Jugend / Erw. ab 16 Jahre NEU! SONDERKURS	18 ⁰⁰ - 19 ³⁰ / Trainer: Hermann Gerätturnen Mädchen ab 14 Jahre	19 ⁰⁰ - 20 ³⁰ / Trainer: Rommy Volkstanzen (ab Ende Oktober) Jugendliche / Erwachsene NEU! KURS
16 ³⁰ - 18 ⁰⁰ / Trainer: Barbara S. Yoga 1 / Anfänger ¹ Frauen / Männer KURS	16 ³⁰ - 18 ⁰⁰ / Trainer: Hermann Kunstturnen ² Mädchen 10-14 Jahre	18 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰ / Trainer: Eva Box Aerobic Frauen / Männer KURS	18 ⁰⁰ - 19 ³⁰ / Trainer: Hermann Gerätturnen Knaben ab 14 Jahre	20 ⁰⁰ - 21 ¹⁵ / Trainer: Christiane Fit Ins Wochenende Frauen / Männer
18 ⁰⁰ - 19 ³⁰ / Trainer: Barbara S. Yoga 2 / Anfänger ¹ Frauen / Männer KURS	18 ⁰⁰ - 19 ³⁰ / Trainer: Hermann Gerätturnen Knaben ab 14 Jahre	19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰ / Trainer: Christiane Aerobic Frauen / Männer KURS	18 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰ / Trainer: Sabine REP Iron Sabine KURS	
18 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰ / Trainer: Tanja Gymnastik 50+ Frauen / Männer	18 ⁰⁰ - 19 ³⁰ / Trainer: Hermann Kunstturnen ² Mädchen ab 14 Jahre	20 ⁰⁰ - 21 ⁰⁰ / Trainer: Christiane Hot Iron Frauen / Männer KURS	18 ³⁰ - 20 ⁰⁰ / Trainer: Christine Yoga 3 / Anfänger ¹ Frauen / Männer NEU! KURS	
18 ⁰⁰ - 19 ⁴⁵ / Trainer: Hermann Gerätturnen Mädchen ab 14 Jahre	18 ⁰⁰ - 19 ⁰⁰ / Trainer: Carmen Aerobic Basic Frauen / Männer KURS		19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰ / Trainer: Sabine Step Basic Frauen / Männer KURS	
18 ⁰⁰ - 19 ⁴⁵ / Trainer: Hermann Kunstturnen ² Knaben ab 14 Jahre	19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰ / Trainer: Carmen Step Anfänger Frauen / Männer KURS		20 ⁰⁰ - 21 ⁰⁰ / Trainer: Eva Zumba Frauen / Männer KURS	
19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰ / Trainer: Tanja Pilates Frauen / Männer KURS	20 ⁰⁰ - 21 ⁰⁰ / Trainer: Sabine Bodystyle Frauen / Männer KURS		20 ⁰⁰ - 21 ⁰⁰ / Trainer: Gudrun Wirbelsäulengymnastik Frauen / Männer KURS	
20 ⁰⁰ - 21 ¹⁵ / Trainer: Hermann Workout Frauen	19 ⁰⁰ - 20 ⁰⁰ Ballspiele		20 ⁰⁰ - 21 ⁰⁰ / Trainer: Heidi Body Shaping Frauen / Männer KURS	
20 ⁰⁰ - 21 ⁰⁰ / Trainer: Tanja Winter-Workout Frauen / Männer KURS	20 ⁰⁰ - 21 ¹⁵ / Trainer: Hermann Konditionsgymnastik Männer			



Gym 1 ■
Gym 2 ■
Turnhalle ■

¹ Einstieg in den laufenden Yoga-Kurs nur in Absprache mit dem Trainer ² leistungsbezogenes Geräteturnen SONDER-KURSE (Tanzwerk) sind nicht im normalen Kurs-Beitrag enthalten