

## ERWACHSENE von 26. Februar bis 6. Juli

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<b>Gym 1</b> 9.00 - 10.30 <b>Kurs</b> Yoga mit Barbara		<b>Turnhalle</b> 8.30 - 9.30 <b>Kurs</b> Beweglich in den Tag mit Michaela	<b>Gym 2</b> 8.30 - 9.45 <b>Kurs</b> DO IN mit Miriam	<b>Gym 2</b> 8.30 - 9.30 <b>Kurs</b> Pilates mit Birgit <b>NEU</b>
<b>Gym 2</b> 16.45 - 18.15 <b>Kurs</b> Yoga mit Barbara	<b>Gym 1</b> 17.00 - 18.00 <b>Kurs</b> Pilates mit Ingrid <b>neuer Tag</b>	<b>Gym 1</b> 17.00 - 18.00 <b>Kurs</b> Step Intervall mit Birgit <b>NEU</b>	<b>Gym 2</b> 17.00 - 18.15 <b>Kurs</b> QI-GONG mit Miriam <b>NEU</b>	<b>Turnhalle</b> 18.00 - 19.30 Volleyball Männer
<b>Gym 1</b> 18.00 - 19.00 Gymnastik 50+ mit Michaela	<b>Keller</b> 18.00 - 19.00 <b>Kurs</b> Rücken-Fit mit Eva	<b>Gym 1</b> 18.00 - 19.00 <b>Kurs</b> M.A.X.® & more mit Klaus <b>NEU</b>	<b>Gym 1</b> 18.00 - 19.00 <b>Kurs</b> Deep Work mit Sabine	<b>Gym 2</b> 18.00 - 19.00 Gymnastik für Senioren/innen mit Eva
<b>Gym 2</b> 18.15 - 19.45 <b>Kurs</b> Yoga mit Barbara	<b>Gym 1</b> 18.00 - 19.00 <b>Kurs</b> Iron System™ mit Ulli	<b>Gym 2</b> 18.00 - 19.00 <b>Kurs</b> Zumba mit Tina	<b>Keller</b> 18.00 - 19.00 <b>Kurs</b> Piloxing mit Antonia	<b>Gym 2</b> 19.00 - 20.00 Fit ins Wochenende mit Eva
<b>Gym 1</b> 19.00 - 20.00 <b>Kurs</b> Body Tension mit Michaela	<b>Gym 2</b> 18.00 - 19.00 <b>Kurs</b> Faszien-Pilates mit Ingrid	<b>Gym 1</b> 19.00 - 20.00 <b>Kurs</b> Iron System™ mit Klaus <b>neuer Tag</b>	<b>Gym 1</b> 19.00 - 20.00 <b>Kurs</b> Iron System™ mit Sabine	
<b>Gym 2</b> 20.00 - 21.00 Workout mit Sonja	<b>Keller</b> 19.00 - 20.00 <b>Kurs</b> Bauch-Po-Attacke mit Eva		<b>Gym 2</b> 18.30 - 19.30 <b>Kurs</b> Wirbelsäulengymnastik mit Sonja <b>neue Beginnzeit</b>	
<b>Gym 1</b> 20.00 - 21.00 <b>Kurs</b> Functional Fit mit Klaus	<b>Gym 1</b> 19.00 - 20.00 <b>Kurs</b> Iron System™ mit Sabine			
	<b>Turnhalle</b> 19.00 - 20.00 Volleyball Männer			
	<b>Gym 1</b> 20.00 - 21.00 <b>Kurs</b> Bodyworkout mit Sabine			
	<b>Turnhalle</b> 20.00 - 21.00 Männerturnstunde mit Joan			

Änderungen vorbehalten,  
Stand 22. Jänner 2018

- Turnhalle (im Erdgeschoß)
- Gym 1 (im Erdgeschoß hinter der Bühne)
- Gym 2 (im 1. Stock)
- Keller

Turnverein Ried 1848 ÖTB  
Kontakt: Tel.Nr. 07752/82555  
office@tvried.at, www.tvried.at



TURNVEREIN  
RIED 1848

Kein Turn- und Kursprogramm  
an folgenden Tagen:

Feiertage: 1. Mai, 10. Mai, 21. Mai, 31. Mai  
Osterferien: 24. März bis 2. April 2018