


Allgemeinsport Erwachsene – Wochenplaner Vereins- und Kursangebote

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
08:00 Uhr	8:00 Uhr - Nadine Kurs Pilates					
09:00 Uhr	9:15 Uhr - Nadine Kurs Mami-Vital			9:00 Uhr - Marion Kurs Yoga		
10:00 Uhr	10:30 Uhr - Nadine Kurs Pilates		10:00 Uhr – Marion Damen-Fitness	10:15 Uhr - Marion Qigong - Rücken		10:30 Uhr Peter S. Beachvolleyball <i>April -Oktober</i>
16:00 Uhr	15:30 Uhr - Dorothee Damen-Fitness					
17:00 Uhr		17:00 Uhr - Katja WS-Gymnastik				
18:00 Uhr		18:00 Uhr - Katja Wirbelsäulen- gymnastik			18:00 Uhr Gerhard Hobby-Leichtathl. (Sportabzeichen)	
19:00 Uhr	19:15 Uhr - Franz Damen-Fitness	19:30 Uhr - Franz Step-Aerobic	19:00 Uhr - Marion Taijiquan	19:00 Uhr - Steffi Allg.Fitness	18:00 Uhr - Friederike Kurs NIA Tanzen	
20:00 Uhr	20:00 Uhr - Johanna Qigong	19:30 Uhr - Katrin Damen-Fitness	20:00 Uhr Marion Kurs Yoga	20:00 Uhr - Gerhard Badminton	20:00 Uhr – Peter S. Volleyball-Mixed	
20:00 Uhr		20.00 Uhr – Peter F. Männer-Ballspiele	20:00 Uhr – Peter S. Volleyball-Mixed			

Kontakt : Gerhard Lorenz, gelo-tsv@web.de Telefon 05407/857175

Marion Schulte, marionschulte@osnnet.de, Telefon 05407/ 347153

Diesen Wochenplaner findest du auch unter www.tsv-wallenhorst.de/ **Allgemeinsport Erwachsene/ Kursangebote**

