

Angebot der TSG Grünstadt für Gesundheitssport & Fitness

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Vormittag	09.00 - 10.00 Ganzkörpertraining Haltung u. Bewegung Karin Kiekbusch Stadion Grünstadt	09.00 - 10.00 Body Forming Gudrun Rosenbach Manfred Kippler Halle	09.00 - 10.00 Walking Anne Tresch Ende Kreuzerweg	09.30 - 11.00 Nordic-Walking H-D. Fuchs & K. Kiekbusch Parkplatz Krumbachtal oder Stadtpark	09.30 - 10.30 Fit ins Wochenende S. Tomschin od. A. Jannik Stadion Grünstadt oder M.K. Halle	09.30 - 11.30 Nordic Walking Karin Kiekbusch Parkplatz Krumbachtal
	10.15 - 11.15 Ganzkörpertraining Haltung u. Bewegung Karin Kiekbusch Stadion Grünstadt			10.00 - 11.00 Yoga Johanna Henkenhaf Manfred Kippler Halle		
Nachmittag / Abend		18.00 - 19.30 Nordic Walking Hans Dieter Fuchs Parkplatz Krumbachtal		18.30 - 19.30 Body Forming Gudrun Rosenbach Manfred Kippler Halle		
	19.00 - 20.00 Body Forming Steffi Beckenbach-Deutsch Rasen bei der IGS			19.00 - 20.00 Pilates Steffi Beckenbach-Deutsch Rasen bei der IGS Kurs		