

Ferienprogramm 2015 für Erwachsene und Jugendliche ab 16 Jahre beim TSV Bischofsheim in der Helmut-Becker-Halle

Mo 20.07.	Mo 27.07.	Mo 03.08.	Mo 10.08.	Mo 17.08.
18.15 Uhr bis 19.00. Uhr Stepaerobic	18.15 Uhr bis 19.00 Uhr Flexibar (Anmeldung)	18.15 Uhr bis 19.00. Uhr Stepaerobic	18.15 Uhr bis 19.00 Uhr Brasils-Workout	18.15 Uhr bis 19.00 Uhr Flexibar (Anmeldung)
Di 21.07.	Di 28.07.	Di 04.08.	Di 11.08.	Di 18.08.
19.30. Uhr - 20.30 Uhr Bodyforming	19.30. Uhr - 20.30 Uhr Bodyforming	19.30. Uhr - 20.30 Uhr Bodyforming	19.30. Uhr - 20.30 Uhr Bodyforming	19.30. Uhr - 20.30 Uhr Bodyforming
20.30. Uhr - 21.15 Uhr Brasils-Workout	20.30. Uhr - 21.15 Uhr Brasils-Workout	20.30. Uhr - 21.15 Uhr Flexibar (Anmeldung)	20.30. Uhr - 21.15 Uhr Stepaerobic	20.30. Uhr - 21.15 Uhr Stepaerobic
Mi 22.07.	Mi 29.07.	Mi 05.08.	Mi 12.08.	Mi 19.08.
18.30 Uhr - 19.30 Uhr Fitness-Yoga	18.30 Uhr - 19.30 Uhr Fitness-Yoga	18.30 Uhr - 19.30 Uhr Fitness-Yoga	18.30 Uhr - 19.30 Uhr Fitness-Yoga	18.30 Uhr - 19.30 Uhr Fitness-Yoga
19.45 Uhr - 20.30 Uhr Pilates	19.45 Uhr - 20.30 Uhr Pilates	19.45 Uhr - 20.30 Uhr Pilates	19.45 Uhr - 20.30 Uhr Pilates	19.45 Uhr - 20.30 Uhr Pilates
Do 23.07.	Do 30.07.	Do 06.08.	Do 13.08.	Do 20.08.
18.00 Uhr - 18.45 Uhr Softgym	18.00 Uhr - 18.45 Uhr Softgym	18.00 Uhr - 18.45 Uhr Softgym	18.00 Uhr - 18.45 Uhr Softgym	18.00 Uhr - 18.45 Uhr Softgym
19.00 Uhr - 20.00 Uhr Nordic-Walking	19.00 Uhr - 20.00 Uhr Nordic-Walking	19.00 Uhr - 20.00 Uhr Nordic-Walking	19.00 Uhr - 20.00 Uhr Nordic-Walking	19.00 Uhr - 20.00 Uhr Nordic-Walking

Ich freue mich auf Euer Kommen.

Sylvia

Anmeldung und Info unter Tel. 09772/1819

Kosten: TSV-Mitglieder - im Mitgliedsbeitrag enthalten

Nichtmitglieder - 2,-- Euro/Teilnahme und Teilnehmer

Nach dem Ferienprogramm findet in der Zeit von Mo, 24.08. bis Mo, 08.09. kein Training statt;
ab Di. 09.09. geht es um 19.30 Uhr wieder los mit Bodyforming!