



Ferienprogramm
TV Hilpoltstein
Pfingstferien 2018



Wem die Ferien zu lang sind, wer keine Ferien braucht, wer sich auch in den Ferien bewegen möchte oder wer uns einfach mal testen möchte. Wir laden Sie dazu ein!

Tag/Zeit	Bewegungsangebot	Ort/Halle
Dienstag, 22.05. 9 - 10 Uhr	Fit in den Tag Übungen, die unser Herz-Kreislauf-System trainieren und die Muskeln kräftigen	Turnhalle Realschule Ursula Schnurrer
Donnerstag, 24.05. 19 - 20 Uhr	Langhanteltraining Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit stehen im Fokus	Turnhalle Realschule Amelie Mahl
Freitag, 25.05. 17:30 – 18:30 Uhr	Pilates Eine starke Körpermitte als Basis für einen gesunden Menschen.	Turnhalle Realschule Elke Stöhr
Montag, 28.05. 10 – 11:30 Uhr	Tischtennis für Jedermann	Turnhalle Realschule Max Wechsler
Montag, 28.05. 19 – 20 Uhr	Body Fit Kräftigung und Entspannung für den ganzen Körper	Turnhalle Realschule Amelie Mahl
Dienstag, 29.05. 18:30 – 19:30 Uhr (bitte Gymn.matte mitbringen)	Outdoor Training Gymnastik an der frischen Luft motiviert und mach Spaß.	(Förster-)Wiese Elke Stöhr
Mittwoch, 30.05. 9 - 10 Uhr	Pilates Eine starke Körpermitte als Basis für einen gesunden Menschen.	Turnhalle Realschule Ulla Dietzel

Mitzubringen: sportliche Kleidung, Handtuch und Trinken
Keine Teilnahmegebühr- Rückfragen an Elke Stöhr ☎ 97564
www.tv-hip.de



Ferienprogramm
TV Hilpoltstein
Pfingstferien 2018



Wem die Ferien zu lang sind, wer keine Ferien braucht, wer sich auch in den Ferien bewegen möchte oder wer uns einfach mal testen möchte. Wir laden Sie dazu ein!

Tag/Zeit	Bewegungsangebot	Ort/Halle
Dienstag, 22.05. 9 - 10 Uhr	Fit in den Tag Übungen, die unser Herz-Kreislauf-System trainieren und die Muskeln kräftigen	Turnhalle Realschule Ursula Schnurrer
Donnerstag, 24.05. 19 - 20 Uhr	Langhanteltraining Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit stehen im Fokus	Turnhalle Realschule Amelie Mahl
Freitag, 25.05. 17:30 – 18:30 Uhr	Pilates Eine starke Körpermitte als Basis für einen gesunden Menschen.	Turnhalle Realschule Elke Stöhr
Montag, 28.05. 10 – 11:30 Uhr	Tischtennis für Jedermann	Turnhalle Realschule Max Wechsler
Montag, 28.05. 19 – 20 Uhr	Body Fit Kräftigung und Entspannung für den ganzen Körper	Turnhalle Realschule Amelie Mahl
Dienstag, 29.05. 18:30 – 19:30 Uhr (bitte Gymn.matte mitbringen)	Outdoor Training Gymnastik an der frischen Luft motiviert und mach Spaß.	(Förster-)Wiese Elke Stöhr
Mittwoch, 30.05. 9 - 10 Uhr	Pilates Eine starke Körpermitte als Basis für einen gesunden Menschen.	Turnhalle Realschule Ulla Dietzel

Mitzubringen: sportliche Kleidung, Handtuch und Trinken
Keine Teilnahmegebühr- Rückfragen an Elke Stöhr ☎ 97564
www.tv-hip.de