



Ferienprogramm Sommer 2019



Montag, 29.07.19	9.00-10.00 Bodystyle mit Faszientraining Monika Steiner	15.30-16.30 Eltern-Kind-Turnen Birte Künzel	16.00-17.00 Sitzgymnastik Fanny Seitz AWO-Kompetenz- zentrum	18.00-19.00 Gymnastik 60+ Petra Schmidt	19.00-20.00 Fit&Gesund Petra Schmidt
Dienstag, 30.07.19	09.30-10.30 Fit in den Tag Ursula Schnurrer				
Mittwoch, 31.07.19	9.00-10.00 Pilates Ulla Dietzel	19.00-20.00 Drums Alive Elke Stöhr			
Donnerstag, 01.08.19	9.00-10.00 Sitzgymnastik Fanny Seitz				
Dienstag, 06.08.19	18.00-19.00 Core-Training Anja Schülke Kinderhort an der Hauptschule	19.00-20.00 Hatha-Yoga Anja Schülke Kinderhort an der Hauptschule	19.00-20.00 Step Mix Ursula Schnurrer		
Freitag, 09.08.19	17.30-18.30 Ferien-Pilates Elke Stöhr				
Montag, 12.08.19	9.00-10.00 Bodystyle mit Faszientraining Monika Steiner	10.00-11.30 Tischtennis für Jedermann	15.30-16.30 Eltern-Kind-Turnen Birte Künzel	19.00-20.00 Bodyweight Training Elke Stöhr	
Dienstag, 13.08.19	18.00-19.00 Core-Training Anja Schülke Kinderhort an der Mittelschule	19.00-20.00 Hatha-Yoga Anja Schülke Kinderhort an der Mittelschule	19.00-20.00 Step Mix Ursula Schnurrer		
Mittwoch, 14.08.19	9.00-10.00 Pilates Ulla Dietzel	19.00-20.00 Faszientraining Ulla Dietzel			
Montag, 19.08.19	9.00-10.00 Bodystyle mit Faszientraining Monika Steiner	10.00-11.30 Tischtennis für Jedermann	15.30-16.30 Eltern-Kind-Turnen Birte Künzel		
Mittwoch, 21.08.19	19.00-20.00 Langhantel-Spezial Amelie Mahl				

Donnerstag, 22.08.19	9.00-10.00 Sitzgymnastik Fanny Seitz	18.00-19.00 Älter werden - Fit bleiben Fanny Seitz			
Montag, 26.08.19	9.00-10.00 Bodystyle mit Faszientraining Monika Steiner	10.00-11.30 Tischtennis für Jedermann			
Dienstag, 27.08.19	18.00-19.00 Core-Training Anja Schülke Kinderhort an der Mittelschule	19.00-20.00 Hatha-Yoga Anja Schülke Kinderhort an der Mittelschule			
Mittwoch, 28.08.19	19.00-20.00 Body-Fit Amelie Mahl				
Donnerstag, 29.08.19	19.00-20.00 Rückentraining Elke Stöhr				
Freitag, 30.08.19	17.30-18.30 Ferien-Pilates Elke Stöhr				
Montag, 02.09.19	9.00-10.00 Bodystyle mit Faszientraining Monika Steiner	10.00-11.30 Tischtennis für Jedermann			
Dienstag, 03.09.19	18.00-19.00 Core-Training Anja Schülke Kinderhort an der Mittelschule	19.00-20.00 Hatha-Yoga Anja Schülke Kinderhort an der Mittelschule			
Mittwoch, 04.09.19	19.00-20.00 Drums Alive Elke Stöhr				
Donnerstag, 05.09.19	17.15-18.15 Yoga Daniela Regensburger Kinderhort an der				
Freitag, 06.09.19	17.30-18.30 Ferien-Pilates Elke Stöhr				
Sonntag, 08.09.19	10.30 Fahrradtour mit Einkehr (ca. 50 km) Moni Kraus Treffpunkt: Parkplatz Stadthalle				
<p><i>Mitzubringen: sportliche Kleidung, Handtuch und Trinken. Keine Teilnahmegebühr- Rückfragen Tel. 97564 oder info@tv-hip.de www.tv-hip.de</i></p> <p><i>Wenn nicht anders angegeben, finden alle Stunden in der alten Turnhalle der Realschule statt.</i></p>					