



Sommer-Special 2022



Ohne Anmeldung - kostenlose Schnupperstunden – Fit werden und bleiben

Datum	Angebot	Trainer*in	Zeit	Ort
Fr. 29.7.	Einweihung Jugendplatz Calisthenics, Tischtennis, Basketball	TV Hip	16 – 17:30 Uhr	Badstraße
Mo, 1.8.	Faszientraining	Monika Steiner	09:00-10:00 Uhr	Realschule
Mo, 1.8.	Bewegte Mittagspause	Doris Völkl	12:30-13:15 Uhr	Realschule
Mo, 1.8.	Eltern-Kind-Turnen	Birte Künzel FSJ	15:00-16:00 Uhr 16:00-17:00 Uhr	Realschule
Mo, 1.8.	Fit und Gesund Gymnastik	Petra Schmidt	18:00-19:00 Uhr 19:00-20:00 Uhr	Realschule
Di, 2.8.	Pilates	Elke Stöhr	08:30-09:30 Uhr	Realschule
Di, 2.8.	Golden Agers Fitness	Uli Eckert	10:30-11:30 Uhr	Realschule
Mi, 3.8.	Body Workout	Petra Wirsing	18:00-19:00 Uhr	Sportplatz Grundsch.*
Do, 4.8.	Qigong	Karin Auer	09:00-10:00 Uhr	Sportpl. Hofstetten
Do, 4.8.	Langhanteltraining	Waltraud Perner	19:00-19:45 Uhr	Realschule
Fr, 5.8.	Yoga	Brigitte Schneider	09:00-10:15 Uhr	Försterwiese
Di, 9.8.	Golden Agers Fitness	Uli Eckert	10:30-11:30 Uhr	Realschule
Di, 9.8.	Eltern-Kind-Turnen	Birte Künzel FSJ	15:00-16:00 Uhr 16:00-17:00 Uhr	Realschule
Di, 9.8.	Taekwondo für Körper und Geist (40+)	Klaus Maget	19:00-20:00 Uhr	Realschule
Mi, 10.8.	KinderJoy of Moving 5 Jahre KinderJoy of Moving 6 Jährige	FSJ	16:00-17:00 Uhr 17:00-18:00 Uhr	Realschule
Mi, 10.8.	Body Workout	Petra Wirsing	18:00-19:00 Uhr	Sportplatz Grundsch.*
Do, 11.8.	QiGong	Karin Auer	09:00-10:00 Uhr	Sportpl. Hofstetten
Do, 11.8.	Rücken-Fit	Irene Stark	18:30-19:30 Uhr	Realschule
Do, 11.8.	Calisthenics	Elke Stöhr	19:00-20:00 Uhr	Jugendplatz
Do, 11.8.	Langhanteltraining	Waltraud Perner	19:00-19:45 Uhr	Realschule
Fr, 12.8.	Yoga	Anja Schülke	09:45-11:00 Uhr	Realschule
Fr, 12.8.	Pilates	Elke Stöhr	17:00-18:00 Uhr	Realschule
Di, 16.8.	Eltern-Kind-Turnen	Birte Künzel	15:00-16:00 Uhr	Realschule
Di, 16.8.	Rücken-Fit	Irene Stark	18:00-19:00 Uhr	Realschule
Mi, 17.8.	Fit mit Kinderwagen	Amelie Regensb.	10:00-11:00 Uhr	Parkpl.Stadthalle
Mi, 17.8.	Body Workout	Petra Wirsing	18:00-19:00 Uhr	Sportplatz Grundsch.*
Mi, 17.8.	Dehnen von Kopf bis Fuß	Doris Völkl	20:00-21:00 Uhr	Realschule
Do, 18.8.	Fit bis ins hohe Alter	Fanny Seitz	09:00-10:00 Uhr	Realschule
Do, 18.8.	QiGong	Karin Auer	09:00-10:00 Uhr	Sportpl. Hofstetten
Do, 18.8.	Gymnastik 60 +	Fanny Seitz	18:00-19:00 Uhr	Realschule
Do, 18.8.	Langhanteltraining	Waltraud Perner	19:00-19:45 Uhr	Realschule
Fr, 19.8.	Yoga	Anja Schülke	09:45-11:00 Uhr	Realschule
Mo, 22.8.	Faszientraining	Monika Steiner	09:00-10:00 Uhr	Realschule
Mo, 22.8.	Body Fit	Amelie Regensb.	18:30-19:30 Uhr	Realschule
Di, 23.8.	Rücken Fit	Irene Stark	18:00-19:00 Uhr	Realschule
Mi, 24.8.	Fit mit Kinderwagen	Amelie Regensb.	10:00-11:00 Uhr	Parkpl.Stadthalle
Do, 25.8.	QiGong	Karin Auer	09:00-10:00 Uhr	Sportpl. Hofstetten
Do, 25.8.	After Work Gym f. Nacken+Schulter	Elke Stöhr	18:00-18:45 Uhr	Realschule
Do, 25.8.	Langhanteltraining	Waltraud Perner	19:00-19:45 Uhr	Realschule

* Entfällt bei Regen



Sommer-Special 2022



Ohne Anmeldung - kostenlose Schnupperstunden – Fit werden und bleiben

Datum	Angebot	Trainer*in	Zeit	Ort
Fr, 26.8.	Pilates	Elke Stöhr	17:00-18:00 Uhr	Realschule
Mo, 29.8.	Faszientraining	Monika Steiner	09:00-10:00 Uhr	Realschule
Mo, 29.8.	Body Fit	Amelie Regensb.	18:30-19:30 Uhr	Realschule
Di, 30.8.	Rücken Fit	Irene Stark	18:00-19:00 Uhr	Realschule
Mi, 31.8.	Pilates am Morgen	Elke Stöhr	09:00-10:00 Uhr	Realschule
Mi, 31.8.	Drums Alive	Elke Stöhr	19:00-20:00 Uhr	Realschule
Do, 1.9.	Sportabzeichen-Abnahme	Elke Stöhr/Dorr A.	09:00-12:30 Uhr	TV Sportplatz
Do, 1.9.	Fit bis ins hohe Alter	Fanny Seitz	09:00-10:00 Uhr	Realschule
Do, 1.9.	Gymnastik 60 +	Fanny Seitz	18:00-19:00 Uhr	Realschule
Fr, 2.9.	Pilates	Elke Stöhr	17:00-18:00 Uhr	Realschule
Mo, 5.9.	Bewegte Mittagspause	Doris Völkl	12:30-13:15 Uhr	Realschule
Di, 6.9.	Rücken Fit	Irene Stark	18:00-19:00 Uhr	Realschule
Mi, 7.9.	Pilates am Morgen	Elke Stöhr	09:00-10:00 Uhr	Realschule
Mi, 7.9.	Drums alive	Elke Stöhr	19:00-20:00 Uhr	Realschule
Do, 8.9.	Fit bis ins hohe Alter	Fanny Seitz	09:00-10:00 Uhr	Realschule
Do, 8.9.	Gymnastik 60+	Fanny Seitz	18:00-19:00 Uhr	Realschule
Fr, 9.9.	Pilates	Elke Stöhr	17:00-18:00 Uhr	Realschule

Jede Woche ab **10.8.22**

Montag	Tischtennis für Hobbyspieler	Gruber Josef	10:00-11:30 Uhr	Realschule
Mittwoch	Tischtennis für Hobbyspieler	Gruber Josef	10:00-11:30 Uhr	Realschule

Bei schönem Wetter finden die Stunden **im Freien** statt.



Für Nichtmitglieder
sind kostenlose
SCHNUPPERSTUNDEN
möglich.

Weitere Infos unter www.tv-hip.de

* Entfällt bei Regen