

GYMWELT-ANGEBOTE

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|--|---|--|--|---|
| 10.30 - 11.30 Uhr Outdoor-Fit mit Buggy GYMWELT Strohbach |  | 10.00 - 11.00 Uhr Gymnastik 50plus GYMWELT-Arena | 17.00 - 18.00 Uhr Outdoor-Fitness Wassertretstelle Nollenstr. |  |
| 18.00 - 20.00 Uhr Dream-Team Kinzigthalhalle | | 11.00 - 12.00 Uhr MännerGYM 60plus GYMWELT-Arena | 17.15 - 18.15 Uhr ab 15.11.: Fitness-T.E.K. U18 GYMWELT Strohbach | |
| 18.10 - 18.55 Uhr POUND®Rockout (K) Krähenäckerle | 16.45 - 17.45 Uhr Jumping Fitness (Z) GYMWELT-Arena |  | 17.45 - 18.45 Uhr Pilates (K) Krähenäckerle | 18.00 - 19.30 Uhr Bauch-Rücken-Zirkel GYMWELT-Arena |
| 18.30 - 19.45 Uhr WochenSTARK (K) GYMWELT-Studio | 17.00 - 17.55 Uhr ab 13.11.: Fit für die Piste GYMWELT Strohbach | | 18.00 - 19.00 Uhr Muskle müsse her (m.) GYMWELT-Arena | 18.30 - 19.30 Uhr Body-Fit (K) GYMWELT-Studio |
| 18.45 - 19.45 Uhr Die Neue Rückenschule (K) GYMWELT-Arena | 18.00 - 19.00 Uhr G.K.W. (Gymn.-Kräftig.-Wohlbef.) GYMWELT-Arena | 18.30 - 19.30 Uhr AROHA® (K) GYMWELT Strohbach | 18.30 - 19.30 Uhr ab 15.11.: Funktionsgym. GYMWELT Strohbach | 19.30 - 21.00 Uhr Talentschuppen Turnen Kinzigthalhalle |
| 20.00 - 21.00 Uhr Zumba®Fitness (K) Krähenäckerle | 19.15 - 20.00 Uhr B.M.W. (Bauch muss weg) GYMWELT-Arena | 18.30 - 19.30 Uhr Faszio®Training (K) GYMWELT-Arena | 19.00 - 19.55 Uhr Dance mit TOGU Brasil®s GYMWELT-Arena | ----- Samstag |
| 20.00 - 21.00 Uhr Aerobic + B.B.P Kinzigthalhalle | 20.00 - 21.00 Uhr Wellness-Fit Krähenäckerle | 18.45 - 19.45 Uhr Rundum-Fit (K) GYMWELT-Studio | 19.45 - 20.45 Uhr Langhanteltraining (K) GYMWELT Strohbach | 09.00 - 10.00 Uhr Outdoor-Fitness Wassertretstelle Nollenstr. |
| 20.00 - 21.15 Uhr Freizeit-Volleyball Kinzigthalhalle | 20.00 - 21.30 Uhr Yoga (K) GYMWELT Strohbach | 20.00 - 21.00 Uhr Bodystyling GYMWELT-Arena | 20.00 - 21.00 Uhr Jumping Fitness (Z) GYMWELT-Arena | ----- Sonntag |
| 20.00 - 21.30 Uhr Frauen-Gymnastik Nollenturnhalle | 20.15 - 21.00 Uhr Step-Aerobic GYMWELT-Arena | 20.00 - 21.00 Uhr Fitness-T.E.K. 2.0 Nollenturnhalle | 20.00 - 21.15 Uhr Freizeit-Basketball Nollenturnhalle | 10.15 - 11.45 Uhr Studio-Frühshoppen (K) GYMWELT-Studio |

turnverein 1899
gengenbach

Unsere Angebote
im Bereich GYMWELT
- Herbst 2018 -

TV 1899 Gengenbach e.V.
Geschäftsstelle
Brambachstraße 3
77723 Gengenbach
Tel. 07803 / 979 34 30

E-Mail:
gymwelt@tv-gengenbach.de

www.tv-gengenbach.de

Wöchentliches Vereinsprogramm +
(Z) = Vereinsprogramm mit Abt. Beitrag +
(K) = zusätzliche Kursangebote

GYMWELT
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN