

TSV Feldkirchen - Gymnastik - in den PFINGSTFERIEN

TSV Feldkirchen
bei München von 1912 e.V.



Wann	Was	Trainer	Art	Alter	Wo
Montag					
09:00 - 10:00	QI Gong Entspannung	ÜL Ulli	VITALsport		Ludwig Glöckl Haus
09:30 - 10:15	REHASport	ÜL Brigitte	REHASport		Gymnastikraum 1+2
10:30 - 11:15	REHASport	ÜL Brigitte	REHASport		Gymnastikraum 1+2
19:00 - 19:45	REHASport	ÜL Brigitte	REHASport		Gymnastikraum 1+2
19:30 - 20:30	H.I.I.T.- Training *online*	ÜL Danni	Kraft/Ausdauer		zoom online
Dienstag					
08:30 - 09:30	Push and Pull	ÜL Ulli	VITALsport		Fitnessraum
10:30 - 11:30	Hockergymnastik	ÜL Andrea	VITALsport		Ludwig Glöckl Haus
18:30 - 19:30	Funsport Basketball	ÜL Fabi	just for fun	ab 16 Jahren	Dreifachsporthalle 3
19:00 - 20:00	Faszien Fitness/Deepwork	ÜL Beatrix	Bodyforming		Gymnastikraum 3
19:00 - 20:00	Step Aerobic	ÜL Angie	Kraft/Ausdauer	nur 30.5.23	Gymnastikraum 1+2
19:00 - 20:00	Volleyball Erwachsene	ÜL Ayfer	just for fun		Dreifachsporthalle 2
18:30 - 20:00	Badminton	ÜL Lutz	Kraft/Ausdauer	nur 6.6.23	Dreifachsporthalle 1
19:30 - 20:30	Zirkeltraining	ÜL Fabi	Kraft/Ausdauer		Dreifachsporthalle 3
20:00 - 20:45	Faszien Relax	ÜL Beatrix	Bodyforming		Gymnastikraum 3
Mittwoch					
09:00 - 10:00	Walking am Morgen	ÜL Ulli	Lauftreff		Sportpark
09:30 - 10:15	REHASport	ÜL Brigitte	REHASport		Gymnastikraum 1+2
09:30 - 10:30	Muskelaufbau an den Geräten	ÜL Erika	VITALsport		Fitnessraum
18:00 - 19:00	Nordic Walking	ÜL Vera	Lauftreff		Sportpark
19:00 - 20:00	Laufschule	Laufteam	Lauftreff		Sportpark
19:00 - 19:45	REHASport	ÜL Brigitte	REHASport		Gymnastikraum 1+2
20:10 - 21:10	ThaiBo meets TABATA	ÜL Danni	Kraft/Ausdauer		Gymnastikraum 1+2
Donnerstag					
19:00 - 20:00	Pilates / Hybridtraining	ÜL Beate	Bodyforming	nur 1.6.23	Gymnastikraum 1+2
19:00 - 20:00	move & kick / Hybridtraining	ÜL Gerd	Kraft/Ausdauer	nur 1.6.23	Gymnastikraum 3
20:00 - 21:00	Total-Body-Training	ÜL Gerd	Kraft/Ausdauer	nur 1.6.23	Dreifachsporthalle 3
20:15 - 21:15	M.A.X.® Muscle Activity Excellence	ÜL Danni	Kraft/Ausdauer	nur 1.6.23	Gymnastikraum 1+2
20:00 - 21:00	Latin Dance	ÜL Beate	Kraft/Ausdauer	nur 1.6.23	Gymnastikraum 3