

TSV Feldkirchen - Gymnastik - FASCHINGSFERIEN



Wann	Was	Trainer	Art	Alter	Wo
Montag					
09:30 - 10:15	REHASport Orthopädie	ÜL Moni	REHASport		Gymnastikraum 1+2
10:30 - 11:15	REHASport Orthopädie	ÜL Moni	REHASport		Gymnastikraum 1+2
17:00 - 18:00	Sanfte Rückengymnastik	ÜL Marie	VITALSport		Gymnastikraum 1+2
18:00 - 19:00	Jungle Aerobic	ÜL Marion	Kraft/Ausdauer		Gymnastikraum 3
18:00 - 19:00	Wirbelsäulen power mix	ÜL Marie	Bodyforming		Gymnastikraum 1+2
18:00 - 19:30	Floorball	ÜL Thomas	just for fun		Ash Realschule H3
19:00 - 20:00	FasZinmotion™	ÜL Marion	Bodyforming		Gymnastikraum 3
19:30 - 20:30	H.I.I.T.- Training *online*	ÜL Danni	Kraft/Ausdauer		zoom online
Dienstag					
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	Volleyball Erwachsene	ÜL Ayfer	just for fun		Dreifachsporthalle 2
19:30 - 20:30	Zirkeltraining	ÜL Fabi	Kraft/Ausdauer		Dreifachsporthalle 3
20:00 - 20:45	Faszien Relax	ÜL Beatrix	Bodyforming		Gymnastikraum 3
Mittwoch					
19:00 - 20:00	Laufschule	Laufteam	Lauftreff		Sportpark
19:45 - 20:45	barre concept® *online*	ÜL Moni	Bodyforming		zoom online
20:10 - 21:10	BOXFitness	ÜL Danni	Kraft/Ausdauer		Gymnastikraum 1+2
Donnerstag					
09:00 - 10:00	Osteoporose - Training	ÜL Steffi	VITALSport		Dreifachsporthalle 3
19:00 - 20:00	Pilates / Hybridtraining	ÜL Beate	Bodyforming		Gymnastikraum 1+2
19:00 - 20:00	move & kick / Hybridtraining	ÜL Gerd	Kraft/Ausdauer		Gymnastikraum 3
20:00 - 21:00	Total-Body-Training	ÜL Gerd	Kraft/Ausdauer		Dreifachsporthalle 3
20:15 - 21:15	H.I.I.T. Cardio mit Step	ÜL Danni	Kraft/Ausdauer		Gymnastikraum 1+2
Freitag					
10:30 - 11:15	REHASport Orthopädie	ÜL Andreas	REHASport		Gymnastikraum 3
10:30 - 11:15	REHASport Orthopädie	ÜL Andreas	REHASport		Gymnastikraum 3
Samstag					
17:00 - 19:00	Volleyball - Jugend / EW	ÜL Daniel	just for fun	ab 16 Jahren	Dreifachsporthalle 3