

GYMWELT-ANGEBOTE

Stand: Februar 2020

*) Hierbei handelt es sich um ein Kurs Angebot, das auch von Nicht-Mitgliedern besucht werden kann

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	09:00 Uhr Fitness Gymnastik <i>Werner Meinzer Halle</i>	09:30 Uhr mobil und fit 60+ <i>Werner Meinzer Halle</i>		09:30 Uhr Pilates * <i>Werner Meinzer Halle</i>
8:30 Uhr Aerobic and more <i>Werner Meinzer Halle</i>	10:00 Uhr Spinning * <i>Werner Meinzer Halle</i>			11:00 Uhr Nordic Walking <i>Werner Meinzer Halle</i>
	14:00 Uhr Rücken Fit * <i>Werner Meinzer Halle</i>		15:00 Uhr Männer 60+ <i>Werner Meinzer Halle</i>	
			19:00 Uhr Zumba Fitness <i>Boxhalle</i>	
19:00 Uhr funktionelle Gymnastik <i>Werner Meinzer Halle</i>			19:30 Uhr mobil und fit <i>Werner Meinzer Halle</i>	
20:00 Uhr fit und gesund für Frauen <i>Werner Meinzer Halle</i>	20:00 Uhr FIT: Er und Sie <i>Werner Meinzer Halle</i>		20:00 Uhr Fit Mix <i>Boxhalle</i>	
20:30 Uhr Pilates * <i>Gymnastikhalle</i>	20:30 Uhr Jazz Dance <i>Gymnastikhalle</i>		20:30 Uhr Spinning * <i>Werner Meinzer Halle</i>	20:00 Uhr Freizeit-Volleyball <i>Sportzentrum GHS Halle B</i>



TG Effenstein Geschäftsstelle

Fisperweg 2

76344 Effenstein

Tel.: 0721/7 81 91 79

E-Mail: office@

TGEffenstein.de

www.TGEffenstein.de

turnen@tgeffenstein.de

GYMWELT

GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN