Workshop-Übersicht für Sonntag, den 05. Mai 2024

Selbst aktiv sein und kostenfrei durch unser vielfältiges Angebot schnuppern oder als interessierte Besucher einfach vorbeischauen.

Uhrzeit	Fitness	Fitness	Jump & Dance	Body & Mind
10:00 – 11:00	**WS 1 Bodycomplete** Katharina	**WS 5 Fitness für Frauen** Julia	**WS 9 Jumping** Lisa	**WS 13 Pilates – Haltung neu erziehen** Mili
11:30 – 12:30	**WS 2 Calisthenics** Steven	**WS 6 Faszien Training** Mili	**WS 10 Latin Dance** Maria	**WS 14 Stretch & Relax** Jina
13:00 - 14:00	**WS 3 AROHA®** Maria	**WS 7 NATURAL FLOW®** Heike	**WS 11 Line Dance** Doris	**WS 15 Yoga** Nadine
14:30 - 15:30	**WS 4 Functional Fitness** Nicole	**WS 8 Brisk Walking** Maria	**WS 12 Hi(i)t the Dancefloor** Doris	**WS 16 Pilates für Anfänger** Maria K

www.heads-marketing.de

Veranstaltungsort: Sparkasse Hanau - Sportcampus
Philipp-August-Schleißner-Weg 4 in Hanau

Bei Teilnahme an den Workshops bitte saubere Hallenschuhe, bequeme Sportbekleidung und ein großes Handtuch (oder eigene Matte) mitbringen. In der Cafeteria können Getränke und kleine Snacks erworben werden oder ggf. an eigene Versorgung (keine Glasflaschen!) denken.

TGH Gymnastik & Fitness

c/o Turngemeinde 1837 Hanau a.V.
Philipp-August-Schleißner-Weg 4 · 63452 Hanau
Tel.: 0 61 81.131 22
E-Mail: GymFit@tg-hanau.de
www.tg-hanau.de/gymnastik-und-fitness
/TG 1837 Hanau Gymnastik und Fitness

E-Mail: GymFit@tg-hanau.de