



**Trainingsangebot
der Gymnastik und Fitness-Abteilung
während der Osterferien
15.04.2019 bis 27.04.2019**



Beginn	Montag, 15. April 2019		Dienstag, 16. April 2019		Mittwoch, 17. April 2019	Donnerstag, 18. April 2019	Freitag, 19. April 2019	Samstag, 20. April 2019
ab 10:00	10:00-11:00 Fit bis ins hohe Alter Studio 1 <i>Jutta Kipper</i>	10:30-11:30 Pilates meets Latin Dance Studio 2 <i>Milil Yorges</i>	10:00-11:30 Nordic Walking <i>Elke Jung</i>			10:00-11:00 Pilates Studio 1 <i>Johanna Baake</i>		
ab 11:00						11:00-12:00 Faszien Training Studio 1 <i>Johanna Baake</i>		
ab 16:00		16:30-17:30 Walking <i>Elke Jung</i>			16:30-17:30 Wogging für Einsteiger (Joggen+Walken) <i>Elke Jung</i>			
ab 17:00	17:00-18:00 Fatburner Studio 1 <i>Johanna Baake</i>	17:45-18:45 Power-Walking <i>Elke Jung</i>				17:00-18:00 Bauch-Beine-Po Studio 1 <i>Gosia Stepski</i>		
ab 18:00	18:00-19:00 Flowing Work Studio 1 <i>Johanna Baake</i>		18:00-19:00 Fighting Aerobic Studio 1 <i>Johanna Baake</i>		18:00-19:00 Aerobic Sporthalle <i>Johanna Baake</i>			
ab 19:00	19:00-20:00 Fatburner Step Aerobic Studio 2 <i>Johanna Baake</i>	19:15-20:15 Frauengymnastik Studio 1 <i>Jutta Kipper</i>	19:15-20:00 Langhantel Training Sporthalle <i>Johanna Baake</i>		19:00-20:00 Functional Training Sporthalle <i>Johanna Baake</i>	19:00-20:00 Functional Step Studio 1 <i>Johanna Baake</i>		
ab 20:00		20:15-21:15 Balance Training Studio 1 <i>Jutta Kipper</i>				19:30-20:30 Fitness für Männer Turnhalle <i>Jutta Kipper</i>		
Beginn	Montag, 22. April 2019		Dienstag, 23. April 2019		Mittwoch, 24. April 2019	Donnerstag, 25. April 2019	Freitag, 26. April 2019	Samstag, 27. April 2019
ab 9:00	Ostermontag Feiertag							9:15-10:15 Kaha Studio 1 <i>Maria Müller</i>
ab 10:00			10:00-11:30 Nordic Walking <i>Elke Jung</i>					
ab 16:00					16:30-17:30 Wogging für Einsteiger (Joggen+Walken) <i>Elke Jung</i>			
ab 17:00						17:00-18:00 Bauch-Beine-Po Studio 1 <i>Gosia Stepski</i>	17:30-18:30 Yoga GymRaum MaKi <i>Katharina Horst</i>	
ab 18:00			18:00-19:00 Fitness für Frauen Sporthalle <i>Julia Wolf</i>	18:00-19:00 Fighting Aerobic Studio 1 <i>Johanna Baake</i>	18:00-19:00 Step-Aerobic Sporthalle <i>Johanna Baake</i>			
ab 19:00			19:15-20:00 Langhantel Training Sporthalle <i>Johanna Baake</i>	19:15 -20:15 Kaha Studio 1 <i>Julia Wolf</i>	19:00-20:00 Functional Training Sporthalle <i>Johanna Baake</i>	19:00-20:00 Functional Step Studio 1 <i>Johanna Baake</i>		
ab 20:00						20:15-21:15 Fitness für Männer Turnhalle <i>Jutta Kipper</i>		

In den Osterferien findet keine Kinderbetreuung statt.
Den Ferienplan findet ihr auch auf unserer Homepage www.tg-hannau.de/gymnastik-und-fitness