



Kurse

Trainingsplan (April bis September)

aktualisiert: 10.07.2018

| Tag | Gruppe / Mannschaft | Uhrzeit | Ort | Übungsleiter |
|------------|---|---------------|-------------|--------------------|
| Donnerstag | KURS I Fit und Gesund im neuen Jahr 2018 Schwerpunkt Ganzkörperkräftigung | 18:15 - 19:15 | TGS MC-Raum | Reichenbach Andrea |
| Donnerstag | KURS II Fit und Gesund im neuen Jahr 2018 Schwerpunkt Ganzkörperkräftigung | 19:15 - 20:15 | TGS MC-Raum | Reichenbach Andrea |
| Freitag | Zumba Gold KURS 50-plus Frauen | 09:30 - 10:30 | TGS Halle | Gehrung Anita |