

ATW KURSANGEBOT

Ab 21.08.2023

Tag Uhrzeit	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
08:45				Wirbelsäulengymnastik 60'	
09:45		Fit & Gesund 60+ 75'		AeroBabyFitness 60'	
15:00		Kinderaerobic AK6-10 60'	Show Minis AK 4-6 45'	Show Minis AK 4-6 45'	Kindersport AK 4-6 30'
15:30	Show Kids AK 6-8 90'				Eltern-Kind-Turnen 45'
16:00	Kindersport AK 4-6 45'	Show Minis AK 4-6 45'	Show Kids AK 9-10 60'	Kindersport AK 4-6	HOOPin® Kids 90'
16:30			Show Kids AK 6-10 60'		Eltern-Kind-Turnen 45'
17:00	Eltern-Kind-Turnen 45'	Show Kids AK 6-8 45'		Rope Skipping Kinder & Jugend 90'	Show Teens AK 11-16 90'
17:30	Wushu 90' Männer Workout 60'	Rope Skipping Einsteiger 90'	Show Teens AK 11-16 90'	Tai Ji 90'	Wushu 90'
18:00			Aerobic 60'		
18:30		Rope Skipping Kinder & Jugend 90'		Rope Skipping 16+ 90'	
19:00	Step Aerobic 60'		BodyFit 60'		
19:30	Fit & Gesund 30+ 75'				
20:00	Yoga 90'	NEU: Hatha Yoga ab 17.10.23 90'	Show Tanz 120'		
Trainingsraum, Reißewitzer Str. 30		Margon ARENA	Erlweinturnhalle	Turnhalle Badweg 2	