



Unser Sommerferienprogramm vom 08. Juli bis 26. Juli 2024*



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Rückenfit I 09:30 – 10:30 Uhr und Rückenfit II 10:30-11:30 Uhr mit Eti	Fit & in Form mit Julia 09:15 – 10:15 Uhr	Rückenfit I* 17:00 – 18:00 Uhr und Rückenfit II* 18:00-19:00 Uhr mit Magda	Faszienfitness* mit Julia 09:15 – 10:15 Uhr	Bewegt ins Wochenende I* 11:00 – 12:00 Uhr Bewegt ins Wochenende II* 12:00 – 13:00 Uhr mit Beate
Yoga* mit Heike 10:00 – 11:15 Uhr (nur 08.07.)		Men's Full Body Workout mit Christian 18:30 – 20:00 Uhr	Tanzen in den Sommer* mit Andrea & Hülya 19:00 – 20:30 Uhr (nur 11.07.)	Zumba mit Steffi 18:30 – 20:00 Uhr (am 12.07. & 19.07.)
Body in Form (Ü70)* mit Rosi 18:00 – 19:00 Uhr (am 15.07. & 22.07.)		Jumping* mit Magda 19:00 – 20:30 Uhr	ACHTUNG: Anmeldung erforderlich, bis zum 03.07. per Mail an: info@tvforsbach.de	
Konditionsgymnastik mit Jessica 18:00 – 19:00 Uhr			Gymnastik mit Ulrike 19:00 – 20:00 Uhr (nur am 11.07.)	
Badminton mit Bernd 18:00 – 22:00 Uhr				

* Unser Sommerferienangebot steht auch interessierten Nichtmitgliedern offen!

* Angebot findet im Neubau statt.