

# Übungsangebot des TVS

Gruppe	ÜbungsleiterIn	Alter	Trainingstag	Trainingszeit	Übungsraum
<b>Fitness</b>					
Bauch, Beine, Po	Ina Ziegler	Erwachsene	Dienstag	19:00 - 20:00 Uhr	Spiegelsaal
Latin Dance	Dimitri Frings	Erwachsene	Dienstag	19:30 - 20:30 Uhr	Staufersaal
Golden Beats	Petra Zimmermann	Erwachsene	Mittwoch	18:45 - 19:45 Uhr	Spiegelsaal
Power Fitness	Melanie Hofmann	Erwachsene	Montag	19:30 - 20:30 Uhr	Staufersaal
Yoga	Lorraine Birkenfeld	Erwachsene	Donnerstag	19:30 - 21:00 Uhr	Spiegelsaal
<b>Gymnastik</b>					
Damengymnastik	Sophie Mohr-Allmann	Erwachsene	Donnerstag	18:45 - 19:45 Uhr	Staufersaal
Männergymnastik	Ina Ziegler	Erwachsene	Donnerstag	20:00 - 21:00 Uhr	Staufersaal
Seniorengymnastik	Ina Ziegler	Senioren	Dienstag	18:00 - 19:00 Uhr	Spiegelsaal
<b>Tanzen</b>					
Rainbow	Jessica Schuch	Alter 10 - 17 Jahre	Dienstag	17:30 - 19:30 Uhr	Staufersaal
Fairy Steps	Jessica Schuch / Zoe Rosinus	Alter 7 - 9 Jahre	Donnerstag	17:15 - 18:30 Uhr	Staufersaal
Flying Dancer	Milla Nadja / Lucie Deforth	Alter 5 - 7 Jahre	Donnerstag	17:15 - 18:15 Uhr	Spiegelsaal
Sweet Steps	Melanie Hofmann / Leontine Nikol	Alter 3 - 5 Jahre	Dienstag	16:15 - 17:15 Uhr	Spiegelsaal
<b>Turnen</b>					
Eltern-Kind-Turnen	Nicole Remling	8 Monate - 2 Jahre	Mittwoch	09:30 - 11:00 Uhr	Staufersaal
Eltern-Kind-Turnen	Daniela Huff	2-3 Jahre	Mittwoch	14:30 - 15:30 Uhr 15:30 - 16:30 Uhr	Staufersaal
Kinderturnen	Jessica Schuch / Zoe / Fabio / Svea / Michelle	3-6 Jahre	Donnerstag	16:00 - 17:00 Uhr	Staufersaal
Gemischtes Geräteturnen	Lea Obermann / Anne Kallmeier	6-9 Jahre	Mittwoch	16:30 - 17:30 Uhr	Staufersaal
Gemischtes Geräteturnen	Nicole Remling / Pauline / Lucie / Ally	ab 9 Jahren	Mittwoch	17:30 - 19:00 Uhr	Staufersaal
Leistungsturnen	Sabine Brod / Helfer: Emma Kallmeier / Selina Brod	ab 6 Jahren	Montag Freitag Samstag	16:15 - 19:00 Uhr 14:30 - 19:00 Uhr 10:00 - 13:00 Uhr	Staufersaal