

TSV „Schwalbe“ Tündern von 1911 e.V.



Hallenbelegungsplan / TSV-Halle Kirchweg

Tag	Uhrzeit	Sparte	Alter	Übungsleiter/in	Telefon
Montag	17:00 - 19:30	Gewichtheben		Jürgen Kustin	05153/ 800114
	18:00 - 19:15	Yoga		Kerstin Koch	0178/ 7561744
Dienstag	16:00 - 17:00	Dance for Kids	ab 6 J.	Nastassja Heinz	05151/ 9192108
	17:15 - 18:15	Tanzfit		Edda Wordtmann	05151/ 941555
	18:30 - 19:30	Fitness		Waldemar Brecht	05151/ 1070787
	19:45 - 20:45	Hula Hoop Power		Nicole Mitterhofer	0176/ 55498796
Mittwoch	17:00 - 18:00	Zumba		Stefanie Kopecsni	0176/ 47712839
	17:00 - 19:30	Gewichtheben		Jürgen Kustin	05153/ 800114
	18:30 - 20:00	Fit für den Alltag - Ganzkörpertraining		Gabi Walter	0176/ 20309764
Donnerstag	16:30 - 17:30	Bewegen statt schonen - Sport für (Wieder-) Einsteiger		Gabi Walter	0176/ 20309764
	18:30 - 19:30	Wirbelsäulen- gymnastik		Gabi Walter	0176/ 20309764
	19:45 - 21:00	Pilates		Anne Rögner	0162/ 9825706
Freitag	17:00 - 19:30	Gewichtheben		Jürgen Kustin	05153/ 800114
	18:30 - 19:30	Fitness		Waldemar Brecht	0176/ 23253816
Samstag	14:00 - 16:30	Gewichtheben		Jürgen Kustin	05153/ 800114

Weitere Infos auch beim Mitgliederwart Jürgen Wordtmann (05151/941555 oder 01590/3123328)

Hallenwartin:

Ilona Kreye Telefon: 05151/26845
 Handy: 0174/6292597