

TSV Grabenstätt/Chiemsee e. V.
Turnen, Leichtathletik, Laufen, Skigymnastik und Garde
Programm Oktober 2016 bis Juli 2017

KINDERPROGRAMM

DIENSTAG	15.30-16.30 alte Schulturnhalle	<u>Eltern-Kind-Turnen (ca. 2 - 4 Jahre)</u> mit Tanja Sigl Tel.08661/9390024
DONNERSTAG	17.00 - 18.30 Halle Grabensätt	<u>Leichtathletik</u> mit Steinberger Stefanie und Gärtner Claudia
FREITAG	14.30-15.30 Halle Grabensätt	<u>Kinderturnen (ca.5-7 Jahre)</u> mit Beisse Nikki und Hauser Angelika

ERWACHSENENPROGRAMM

MONTAG	19.00 - 20.00 alte Schulturnhalle	<u>Seniorengymnastik/Yoga</u> mit Erna Wiendl
	19.00 - 20.00 Gymnastikstudio TSV	<u>saisonbedingtes Tanztraining</u> mit Alexandra Zaiser
	19.00-20.00 Halle Grabenstätt	<u>Fitnessgymnastik</u> mit Steinberger Stefanie
DIENSTAG	18.00 - 19.00 Gymnastikstudio TSV	<u>Pilates**</u> mit Centa Ritz
	19.00 - 20.00 Gymnastikstudio TSV	<u>Step-Aerobic**</u> mit Centa Ritz
	20.15 - 21.15 Gymnastikstudio TSV	<u>Power Step/Funktionstraining</u> mit Centa Ritz
MITTWOCH	15.00 - 16.00 Schule Grabenstätt	<u>Nordic-Walking-Treff (ab Frühjahr)</u> mit Steinberger Stefanie
	17.30 - 18.30 Gymnastikstudio TSV	<u>Kindergarde</u> mit Rett Julia
	18.30 - 19.30 Gymnastikstudio TSV	<u>Jugendgarde</u> mit Rett Julia
	ab 19.30 Halle Grabenstätt	<u>Gardetraining</u> mit Alexandra Zaiser
	19.00-20.00 alte Schulturnhalle	<u>Skigymnastik ab 5.10.2016 (Kursgebühr für Nichtmitglieder)</u> mit Kettner Gitta
DONNERSTAG	8.30 - 9.30 Gymnastikstudio TSV	<u>Pilates **</u> mit Centa Ritz
	17.30 - 18.30 Gymnastikstudio TSV	<u>Pilates */**</u> mit Centa Ritz
	18.30 - 19.30 Gymnastikstudio TSV	<u>Funktionstraining (Fatburner)</u> mit Centa Ritz
	19.40 - 20.40 Gymnastikstudio TSV	<u>Pilates **</u> mit Centa Ritz
SONNTAG	18.30 - 21.00 Halle Grabenstätt	<u>Garde</u> mit Alexandra Zaiser
Pilates/Step-Aerobic:	** abhängig von Teilnehmerzahl ** Kursgebühr: TSV-Mitglieder 25,-- / Nicht-Mitglieder 45,-- je 10er Block Anmeldung und nähere Informationen unter : Tel. 08661/929419	