

# Kursplan 2018



## FC Heimertingen

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:30 - 09:30	08:45- 09:45 Mama in Gym (T) *1 NM	Yoga (V)	08:45 - 09:45 Bodypower (T)				
09:30 - 10:30	09:00-10:00 Spazieren gehen (T)	Spinning*1	09:30-10:30 Buggy-Walk-Fit *1 NM				
16:00 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen 2 - 4 Jahre (T)	Kinderturnen ab 4-5 Jahre (T)					
17:00 - 18:00		16:00-16:45 Kindergarde 7-12 J. (V)	Kinderturnen 2. - 5. Klasse (T)	Kindertanzen 1. - 3. Klasse (T)	Spinning (V) *1		
17:30 - 18:30		17:00-18:00 Kinderturnen Vorschule-					
18:00 - 19:00		Teenietanzen (V)	Menpower (T) Tanzen 4.-6. Klasse (V)	Tanzen 7.-9. Klasse (V)			
18:30 - 19:30	Rücken-Fit (V)	Teenietanzen (V) Spinning *1		Jogging-Fit *1 NM			(T)
19:00 - 20:00		ab 19:30 Showtanzgruppe (V)	Frauenpower (V) Bodypower (T)	Spinning *1 Well-Fit (V)			
19:30 - 20:30	Seniorengymnastik (V)	Spinning *1					Spinning (T)*1
20:00 - 21:00	19:45 - 20:45 Power Step (T) *1	Showtanzgruppe (V)	Yoga Starter (V) *1	Fit im Winter (T)			

- \*1 = Bitte anmelden, da begrenzte Teilnehmerzahl
- V = Vereinsraum
- T = Turnhalle
- NM = Kurse auch für Nichtmitglieder

Nähere Informationen unter [www.fcheimertingen.de/gymnastik](http://www.fcheimertingen.de/gymnastik)

Abteilungsleiterin & Anmeldung: Mama in Gym, Buggy-Walk-Fit, Jogging-Fit: Natalie Mussack unter 0160 8076780

Anmeldung: Yoga (Dienstag+Mittwoch) bei Elvira unter 0171 9517612

Anmeldung: Kindergarde bei Katrin unter 0176 62083310

Anmeldung Spinning:

Spinning Dienstag 09:30 - 10:30 und Freitag bei Elvira unter 0171 9517612

Spinning Dienstag bei Alexandra unter 0179 2436644

Spinning Donnerstag bei Kerstin unter 0173 3851110

Spinning Sonntag bei Petra unter 08335 8601

Power Step: Petra unter 08335 8601

Stand: September 2018