

Kursplan Fitness/Gymnastik/Tanz FC Heimertingen

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag/Sonntag
08:30 - 09:30	09:00-10:00 Mama in Gym (T) *1 NM	08:30-09:45 Yoga (V)	08:45 - 09:45 Bodypower (T)			
09:30 - 10:30	09:00-10:00 Spazieren gehen (T)	09:45-10:45 Spinning*1			15:00-16:00 Spinning (T) *1	Samstag 11:00 - 12:00 Jumping (V) *1 NM
16:00 - 17:00	Eltern-Kind-Turnen 2 - 4 Jahre (T)	Kinderturnen ab 4-5 Jahre (T)		16:30-17:30 Jumping Teens (V) *1	Kindertanzen 3 Klasse (V)	1-
17:00 - 18:00		Kinderturnen Vorschule- 1.Klasse	Kinderturnen 2. - 5. Klasse (T)	Kindergarde (T)	Jumping (V) *1 NM	
17:30 - 18:30	Jumping (V) *1			Jumping (V) *1 NM Tanzen 7.-9. Klasse (V)		
18:00 - 19:00		18:30-19:30 Teenietanzen (V)	Menpower (T) Tanzen 4.-6. Klasse (V)			
18:30 - 19:30	Rücken-Fit (V)	Jogging-Fit *1 NM Spinning *1		Jumping (V) *1 NM Jogging Fit *1		
19:00 - 20:00		ab 19:30 Showtanzgruppe (V)	Frauenpower (V) Bodypower (T)	Spinning *1 Well-Fit (V)		Sonntag: Spinning (T) *1
19:30 - 20:30	Seniorengymnastik (V)	Spinning *1		Jumping (V) *1 NM		
20:00 - 21:00	19:45-20:45 Power Step (T)	Showtanzgruppe (V)	Yoga Starter (V) *1	Fit im Winter (T)		

* = Bitte anmelden, begrenzte Teilnehmerzahl

V = Vereinsraum

T = Turnhalle

NM = Kurse für Nichtmitglieder

Abteilungsleiterin Natalie Mussack unter 0160 8076780

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

Anmeldung: Kindergarde bei Katrin unter 0176 62083310

Anmeldung Jumping: besuche unsere homepage

Anmeldung Spinning:

Spinning Dienstag 09:45 - 10:45 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

Nähere Informationen unter
www.fheimertingen.de/gymnastik