

TSV Oberisling - Trainingsplan

| Uhrzeit | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Sonntag |
|-----------------|-----------------------------------|--------------------------------|----------------------------|----------------------------------|--|----------------------------|
| 09:00 | 09:00 Gymnastik 50 + | 09:00 Nordic Walking | belegt | | belegt | |
| 10:00 -12:00 | | | belegt | | belegt | 11:00 CardiDance |
| 13:00 | | 13:00 Stockschießen | | | 13:00 Stockschießen | |
| 14:00 | | | | | | |
| 15:00 | | | | | 15:00 Kindertanz I (4-7 Jahre) | |
| 16:00 | | 16:00 Kinderturnen* | | 16:00 Kinderturnen* | 16:45 Kindertanz II (8-12 Jahre) | |
| 17:00 | 17:00 Karate-Kids I | | 17:45 Yoga | 17:30 Jumping | | 17:30 Jumping ** |
| 18:00 | 18:00 Karate-Kids II | | | | 18:00 Karate: freies Training | |
| | 18:30 Lauftreff | | | | | |
| 19:00 | 19:00 Karate Erwachsene | 19:00 Fit mit Steffi | 19:00 CardiDance | 19:00 Fitnessstraining | | |
| 20:00 | 20:00 Zumba | | | | | |

* Das Kinderturnen findet in der Turnhalle des Sonderpädagogischen Förderzentrums an der Bajuwarenstraße statt.

** alle zwei Wochen

Für nähere Informationen und Kontaktdaten besuchen Sie bitte unsere Homepage:

www.tsv-oberisling.de