

## FITNESS- UND GESUNDHEITSKURSE AB 13.09

Stand: 06.09.21 \*Änderungen möglich

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<b>08:30–09:30 Uhr</b> Fitnesszirkel mit Marc* (TSG Halle)		<b>10:00–11:00 Uhr</b> Qigong mit Artjom* <b>(Provital Kursraum)</b>	<b>9:00–10:00 Uhr</b> Rückenfit mit Beate* (Provital Kursraum)	<b>08:30–09:30 Uhr</b> Fit Mix mit Moni J.* (TSG Halle)
	<b>09:30–10:30 Uhr</b> Fit in den Vormittag mit Frau Tarazi (TSG Halle)		<b>10:00–11:00 Uhr</b> Sanftes Rücken-training mit Beate* (Provital Kursraum)	<b>8:45–9:45Uhr</b> Pilates mit Eveline* (Provital Kursraum)
				<b>09:30–10:30 Uhr</b> Fitnessgym 60+ mit Moni J.* (TSG Halle)
<b>16:00–17:00 Uhr</b> Yoga für Ältere mit Christoph (ESS Halle)	<b>16:30–17:30 Uhr</b> Bewegter Rücken mit Gaby (ESS Halle)			<b>10:00–11:00 Uhr</b> Rückenfit mit Beate* (Provital Kursraum)
<b>18:30–19:30 Uhr</b> Pilates und Rücken mit Eveline (Provital Kursraum)	<b>17:45–18:45 Uhr</b> Bodystep mit Gaby (TSG Halle)	<b>18:30–19:30 Uhr</b> Rückenfit mit Steffi* (Provital Kursraum)	<b>18:30–19:30 Uhr</b> Salsation mit Kristin* <b>Schnuppern</b> (TSG Halle) ab 23.09.	
	<b>18:45–19:45 Uhr</b> Powermix mit Moni S. (TSG Halle)	<b>18:30.–19:30 Uhr</b> Kurs in Planung* (TSG Halle)	<b>18:30–19:45 Uhr</b> Yoga mit Bettina (Provital Kursraum)	
	<b>19:00–20:00 Uhr</b> Bodyfitness mit Gaby (ESS Halle)	<b>19:30–20:30 Uhr</b> Deep Work in Planung (Provital Kursraum)	<b>19:40–20:40 Uhr</b> Power Pump mit Kristin* (TSG Halle) ab 23.09.	
	<b>20:00–21:00 Uhr</b> Kurs in Planung* (TSG Halle)			

\* bei gutem Wetter im Freien, bei schlechtem Wetter in der Halle bzw. im Kursraum

Anmeldung: direkt online über unser Buchungsportal ([www.tsg-reutlingen.de](http://www.tsg-reutlingen.de)),  
oder schickt das ausgefüllte Anmeldeformular per Mail an [kurse@tsg-reutlingen.de](mailto:kurse@tsg-reutlingen.de)

Teilnahmebedingungen: aktuell nur mit 3G (geimpft, genesen oder getestet mit entsprechendem Nachweis).  
Maskenpflicht bis zum Platz.

Meldet euch bei Fragen oder Problemen gerne auf der TSG Geschäftsstelle (07121 334250).