

Unser Angebote im Bereich Fit und Gesund - der TSV bewegt was!

Montag:		
Aqua Fit, Wassergymnastik Locker vom Hocker Seniorenport alle Karin Sonnenstuhl Tel.: 08856/9763	13.30 - 14.30 Uhr 17.00 - 18.15 Uhr 18.15 - 19.45 Uhr	Trimini SH Seeshaupter SH Seeshaupter
Step Aerobic Faszienfit alle ÜL Michaela Schott Tel.: 08856/2026	17.30 - 18.30 Uhr 18.30 - 19.30 Uhr	SH Seeshaupter SH Seeshaupter
Herzgruppe nur mit Verordnung möglich!	17.45 - 19.15 Uhr	alte TH Bgm. Prandl Schule
Fitness meets Pilates Helga Lindinger Tel.: 08856/4833	20.00 - 21.30 Uhr	SH Birkenstr. am Wellenbad
Lauftreff Hugo Mann	ab 17.30 Uhr	Treffpunkt Stadion
Dienstag		
Bodyweight Control A. Wilke info@tsv-penzberg.de	19.00-20.00 Uhr	derzeit online, ab April SH Birkenstr.
Bodyfit Nina Schott	20.00 - 21.30	SH Seeshaupter
Mittwoch		
Tanzsport Marlene Popp Tel.: 08856/9869	21.00 - 21.30 Uhr	Rotkreuzsaal
Donnerstag		
Nordic-Walking M. Brandstetter Tel.: 08046/187878	9.00 - 10.30 Uhr	Wellenbadparkplatz
Rückenfit ÜL M. Schott Tel: 08856/2026	17.30 -18.30 Uhr	SH Seeshaupter / Ballettsaal
Freitag		
Wohlfühlgymnastik Karin Sonnenstuhl Tel.: 08856/9763	8.30 - 10.00 Uhr	SH Seeshaupter /Ballettsaal

