



„Das Leben ist wie Fahrrad fahren! Um die Balance zu halten, mußt du in Bewegung bleiben!“



"Sommerferien 2022" Infos zur Sommerkarte info@tv-dellbrueck.de

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
Vormittag	08:30 60 MIN Qigong Ferien durchgehend Lulise Raum 2+3	10:00 60 MIN Stretch & Relax Ferien durchgehend Birgit Raum 1		09:00 60 MIN Yoga Balance für den Rücken ab 21.07.2022 Jasminka Raum 1	10:00 90 MIN Rücken Balance 01.07. bis 15.07.2022 Monika Paull Raum 2+3	10:30 60 MIN Power Mix Ferien durchgehend Renate Raum 2+3	
	10:00 60 MIN Yoga Sanft & Sicher ab 18.07.2022 Anja Raum 1				11:30 60 MIN Swing Balance Ferien durchgehend außer 08.07.2022 Renate Raum 2+3	11:30 60 MIN Jumping Fitness Ferien durchgehend Renate/Nici Raum 1+2	
Nachmittag/Abend		ab 16:45 Kurse Doris Klare siehe gesonderten Plan Halle Urnenstr.					10:00 75 MIN Vinyassa Yoga 24.07. und 7.8.22 Judith Raum 2+3
	ab 17:00 Kurse Doris Klare siehe gesonderten Plan Halle Urnenstr.				18:00 60 MIN Rückenfit ab 07.07.2022 durchgehend Patricia Raum 2+3		
		18:00 60 MIN Jumping Fitness Ferien durchgehend Renate / Nici Raum 1+2			18:00 60 MIN Pump it Ferien durchgehend außer 07.07.2022 Renate Raum 1		
		19:00 60 MIN Bodyforming Ferien durchgehend Renate Raum 2+3	19:00 60 MIN Pilates Ferien durchgehend Sheala Raum 2+3	19:00 60 MIN Jumping Fitness Ferien durchgehend außer 07.07.2022 Renate Raum 2+3			
	19:15 75 MIN Yoga Sanft & Sicher 27.06. bis 11.07.22 Melanie Raum 1	19:00 60 MIN Laufftreff Ferien durchgehend Lauftraining/Tabata Nici outdoor TVD Platz	20:00 75MIN Athletik Bodyfit Ferien durchgehend Nici Raum 2+3	19:00 60 MIN Laufftreff 8-10 km Lauf Ferien durchgehend Nadine/Patricia Treffpunkt TVD Platz			
	19:15 75 MIN Athletik Bodyfit 27.06./4.7./7.8. Alexander Platz TVD	20:00 60 MIN Easy Step Ferien durchgehend Claudia Raum 2+3					
	20:30 60 MIN Zumba Ferien durchgehend außer 25.07.2022 Christof TVD Platz bei Regen fällt aus						

Teilnahme möglich über das DellFitClub-Abo oder die DellFitClub-10er-Karten

Diese Kurse können auch als TVD Vereinsmitglied ohne DellFitClub Mitgliedschaft besucht werden
Teilnahme nur mit Voranmeldung:
info@tv-dellbrueck.de oder 682022

Diese Kurse kannst du nur mit Voranmeldung besuchen!

Für alle Kurse 80 Euro 3 Monate
info@tv-dellbrueck.de