



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

Osterferien 23.03.2024 - 07.04.2024



Vormittag

Nachmittag/Abend

	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	
Vormittag	08:30 60 MIN Qigong 25.03. Luise Raum 2+3	10:00 60 MIN Stretch & Relax Birgit 26.04. Raum 1			09:00 60 MIN Yoga Balance "Für den Rücken" Ferien durchgehend Jasminka Raum 2+3	11:30 60 MIN Swing Balance 05.04. Renate Raum 2+3	10:30 60 MIN Power Mix Ferien durchgehend Renate Raum 2+3
Nachmittag/Abend	18:00 60 MIN Yoga für Alle 27.03. Anja Raum 2+3	18:00 60 MIN Jumping Fitness Ferien durchgehend Renate/Nici Raum 1+2		18:00 60 MIN Lauftreff 04.04. Nici Raum 1	18:00 60 MIN Bodystyling Ferien durchgehend Lamay Raum 1		
		18:00 60 MIN Pilates Doris 26.04. Raum 1					
		18:00 60 MIN Lauftreff/Tabata 26.03. Nici Laufbahn/TVD Platz	18:00 60 MIN Easy Dance Ferien durchgehend Sheila Raum 1	18:00 60 MIN Jumping Fitness Ferien durchgehend Renate Raum 2+3			
		19:00 60 MIN Bodyforming Ferien durchgehend Renate/Lamay Raum 2+3	19:00 60 MIN Pilates Ferien durchgehend Sheila Raum 2+3	19:00 60 MIN Pump it 04.04. Nici Raum 1			
	19:15 75MIN Athletik Bodyfit 25.03. Nici outdoor	20:00 60 MIN Easy Step Ferien durchgehend Moni Raum 2+3	20:00 75MIN Athletik Bodyfit Ferien durchgehend Lamay Raum 2+3	19:00 60 MIN Rückenfit&Faszien Ferien durchgehend Lamay Raum 2+3			
				20:00 60 MIN Zumba Ferien durchgehend Lena/Christoph Raum 2+3			

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!

