



# Fit-Mix



1. Halbjahr 2024

Ein kostenloses Angebot für TSG Mitglieder und Interessierte!

Datum	Sportangebot	Teilnehmer	Trainer	Uhrzeit	Halle
10.01.2024	Pilates	offen	Silvie	20:15-21:15	Schloss
17.01.2024	Fit mit Line Dance	offen	Monika	20:15-21:15	Schloss
24.01.2024	Latin Aerobic 50+	offen	Claudia	20:15-21:15	Schloss
31.01.2024	Workout	offen	Sabrina	20:15-21:45	Schloss
07.02.2024	Antara	offen	Daniela	20:15-21:15	Schloss
14.02.2024	Rückenyooga	offen	Martina	20:15-21:15	Schloss
21.02.2024	Body Styling	offen	Daniela	20:15-21:15	Schloss
28.02.2024	Body Styling	offen	Sabrina	20:15-21:45	Schloss
06.03.2024	Pilates trifft Brasils	20*	Claudia	20:15-21:15	Schloss
13.03.2024	Bauch/Rücken Intensiv	offen	Sabrina	20:15-21:45	Schloss
20.03.2024	Functional Fitness	offen	Lomba	20:15-21:15	Schloss
27.03.2024	Piloxing	offen	Lena	20:15-21:15	Schloss
03.04.2024	Antara	offen	Daniela	20:15-21:15	Schloss
10.04.2024	Pilates	offen	Monika	20:15-21:15	Schloss
17.04.2024	Body Styling	offen	Sabrina	20:15-21:45	Schloss
24.04.2024	Pilates mit Kleingeräten	offen	Martina	20:15-21:15	Schloss
01.05.2024	Feiertag - Tag der Arbeit				
08.05.2024	Anti Aging	offen	Monika	20:15-21:15	Schloss
15.05.2024	Antara	offen	Daniela	20:15-21:15	Schloss
22.05.2024	Piloxing	offen	Lena	20:15-21:15	Schloss
29.05.2024	Bodystyling	offen	Daniela	20:15-21:15	Schloss
05.06.2024	Pilates Flow	offen	Claudia	20:15-21:15	Schloss
12.06.2024	Bodystyling	offen	Daniela	20:15-21:15	Schloss
19.06.2024	Pilates und Entspannung	offen	Silvie	20:15-21:15	Schloss
26.06.2024	Hula Hoop	18*	Monika	20:15-21:15	Schloss
03.07.2024	Workout	offen	Sabrina	20:15-21:45	Schloss
10.07.2024	BBP Power	offen	Silvie	20:15-21:15	Schloss
17.07.2024	Bauch Rücken Intensiv	offen	Sabrina	20:15-21:45	Schloss
24.07.2024	Bodystyling	offen	Sabrina	20:15-21:45	Schloss
31.07.2024	Bauch, Beine, Po Power	offen	Silvie	20:15-21:15	Schloss
Informationen bei Timo Käding <a href="mailto:gesundheitsport@tsg-seckenheim.de">gesundheitsport@tsg-seckenheim.de</a>				* = mit Anmeldung	