



Fit-Mix



2. Halbjahr 2024

Ein kostenloses Angebot für TSG Mitglieder und Interessierte!

Datum	Sportangebot	Teilnehmer	Trainer	Uhrzeit	Halle
07.08.2024	Pilates und Faszien	offen	Tamara	20:15 - 21:15	Schloss
14.08.2024	Bodyworkout	offen	Sabrina	20:15 - 21:45	Schloss
21.08.2024	Antara	offen	Daniela	20:15 - 21:15	Schloss
28.08.2024	Pilates mit Kleingeräten	offen	Martina	20:15 - 21:15	Schloss
04.09.2024	Beckenboden Training	offen	Tamara	20:15 - 21:15	Schloss
11.09.2024	Pilates	offen	Sabrina	20:15 - 21:45	Schloss
18.09.2024	Piloxing	offen	Lena	20:15 - 21:15	Schloss
25.09.2024	Line Dance	offen	Moni	20:15 - 21:15	Schloss
02.10.2024	Präventiv Osteoporose	offen	Claudia	20:15 - 21:15	Schloss
09.10.2024	Bodystyling	offen	Daniela	20:15 - 21:15	Schloss
16.10.2024	Sturzprävention/Gleichgewicht	offen	Tamara	20:15 - 21:15	Schloss
23.10.2024	Bodyworkout	offen	Sabrina	20:15 - 21:45	Schloss
30.10.2024	Hula Hoop	offen	Moni	20:15 - 21:15	Schloss
06.11.2024	Piloxing	offen	Lena	20:15 - 21:15	Schloss
13.11.2024	Antara	offen	Daniela	20:15 - 21:15	Schloss
20.11.2024	Pilates sanft und effektiv	offen	Claudia	20:15 - 21:15	Schloss
27.11.2024	Bauch/Rücken	offen	Sabrina	20:15 - 21:45	Schloss
04.12.2024	Bodystyling	offen	Daniela	20:15 - 21:15	Schloss
11.12.2024	Pilates	offen	Sabrina	20:15 - 21:45	Schloss
18.12.2024	Weihnachtsfeier				
25.12.2024	Feiertag – 2. Weihnachtsfeiertag				
Informationen bei Timo Käding gesundheitsport@tsg-seckenheim.de					