Trainingszeiten Abteilung Turnen und Gesundheitssport, TuS Zwingenberg, Jakob-Delp-Halle, Wiesenpromenade 5, Stand:08/26				
MONTAG	**DIENSTAG**	**MITTWOCH**	**DONNERSTAG**	**FREITAG**
Gabriele D. **Stretching nach Pilates** 8.50 - 9.50 Uhr	Maximillian W. **REHA 1 Kurs** 9 - 10 Uhr	Beatrix M. **Fit und gesund durch Ganzkörpertr.** 9 - 10 Uhr		Isabel **Early morning Yoga** 7 - 8 Uhr
Anett E. **Stabil in den Tag** 10 -11 Uhr	Maximillian W. **REHA GYM Kurs** 10-11 Uhr	Eike H. **Wirbelsäulengym auf + mit Hocker** 10.15-11.15 Uhr	Heike D. **Bodystyling** 10.00 - 11.00 Uhr	Andrea H. **Rücken meets Pilates** 9 - 10 Uhr
Anett E. **REHA 2 Kurs** 11 - 12 Uhr			Anett E. **REHA 5 Kurs** 11.15-12.15 Uhr	
Heike D. **REHA 4 Kurs** 14 - 15 Uhr				
Heike D. **REHA 9 Kurs** 15 - 16 Uhr	Beatrix M. **Nordic-Walking Wo? S. App** 17 - 18 Uhr			
Eike H. **Yoga Flow** 16.45-17.45 Uhr	Anett E. **REHA 8 Kurs** 17.15 - 18.15 Uhr			
Daniela S. **Pilates trifft Wirbelsäulengym** 18 -219 Uhr	Adriane Sch. **Laufkurs Kurs** 17.15-18.15 Uhr	Michael Brudy **Gymnastik für Männer** 18 - 19 Uhr	Sandra G. **BodyShape** 18.30-19.30 Uhr	Sandra G. **RückenFit** 18.00 - 19.00 Uhr
Daniela S. **Hot iron** 19 - 20 Uhr	Heidi H. **Faszio®** 18.30-19.30 Uhr	Sandra G/Anette KM **BBP+** 19- 20 Uhr	Stepanka B. **Zumba** 19.30-20.30 Uhr	