



Herbstferienprogramm im TV Wetzlar vom 11.10. - 24.10.2021






Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:15 – 10:45 Studio 1, Kraftraum Präventives Rückentraining Cordula	09:00 – 10:00 Studio 2, Tanzsaal RückenFit Cordula	9:00 – 10:10 Studio 2, Tanzsaal Yoga Prishta Susanne	8:45 – 9:45 Studio 2, Tanzsaal Beckenboden, Bauch & Rücken Susanne	09:15 – 10:45 Studio 1, Kraftraum Bodyworkout <u>am 15.10.</u> Cordula		10:00 – 11:00 Studio 2, Tanzsaal Body Complete wechselnde Kursleiterinnen
9:15-10:30 Studio 1, Raum 1 Mamasté – Yogalates mit Baby <u>am 11.10.</u> Verena		10:15 – 11:15 Studio 2, Tanzsaal BBP Dixy		09:30 – 10:30 Studio 2, Tanzsaal Cardio-Step & Kräftigung <u>am 15.10.</u> Karina		
09:30 – 10:30 Studio 1, Raum 3 Wirbelsäulengymnastik Sandra/Heike				11:00 – 12:00 Studio 1, Raum 1 RückenFit <u>am 15.10.</u> Cordula		



Herbstferienprogramm im TV Wetzlar vom 11.10. - 24.10.2021



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
16:45 – 17:45 Studio 2, IC Raum Indoor Cycling <i>auch für Beginner</i>  Norbert	17:00 – 18:00 Outdoor - Parkplatz Cardio-Step & Kräftigung <u>am 12.10.</u> Karina	18:00 – 19:00 Studio 2, Tanzsaal Crosstraining <u>am 13.10.</u> Laura	16:00 – 18:00 Studio 1, Kraftraum XXL – Krafttraining Petra	17:00 – 18:00 Studio 1, Raum 3 Crosstraining <u>am 22.10.</u> Laura		
17:00 – 18:00 Studio 1, Raum 3 Dance-Step <u>am 18.10.</u> Antje	18:00 – 19:00 Studio 1, Raum 3 Bodywork meets Yoga Milena	18:00 – 19:00 Studio 1, Raum 3 Full-Body-Workout Cordula	17:45 – 18:45 Studio 2, IC Raum Indoor Cycling <i>auch für Beginner</i>  Norbert	18:00 – 19:00 Studio 2, Tanzsaal Ski-und Fitnessgymnastik Uschi		
19:00 – 20:00 Studio 1, Raum 3 Functional Fit Michi/Laura	19:45 – 21:00 Studio 1, Kraftraum Bodyshape Cordula	19:00 – 20:00 Studio 1, Raum 3 BodyFit Cordula	18:00 – 19:00 Studio 1, Raum 3 BBP & Rücken Dixy	18:00 – 19:30 Studio 2, IC Raum Body + Bike <i>auch für Beginner</i> <u>am 15.10.</u>  Verena		
		19:00 - 20:00 Studio 2, Tanzsaal BBP + Rücken Simone		18:15 – 19:15 Studio 1, Raum 3 Zirkeltraining Ulrike		