



# Angebote Fitness und Gymnastik



Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
7:00-8:00Uhr					
8:00-9:00Uhr		<b>Qi-Gong &amp; TaiChi</b> Leitung: Rita Frech Bibrishalle; Fitnessraum 3 8:25-9:30Uhr	<b>Walking/Nordic-Walking</b> Parkplatz Jurawell 1.04-30.09: 8:30-9:30Uhr 1.10-31.03: 9:00-10:00Uhr		
9:00-10:00Uhr	<b>Power Hour</b> Leitung: Johanna Korndörfer Bibrishalle; Fitnessraum 1+2 9:00-10:00Uhr	<b>Rundum Fit</b> Leitung: Katrin Reith Bibrishalle; Fitnessraum 1+2 9:00-10:00Uhr	<b>Mami-Fit: Bring das Baby mit</b> Leitung: Stephanie Bofinger Bibrishalle; Fitnessraum 1+2 9:30-10:30Uhr	<b>Rücken Fit</b> Leitung: Johanna Korndörfer Bibrishalle; Fitnessraum 1+2 9:00-10:00Uhr	<b>Aqua I</b> Leitung: Johanna Korndörfer Jurawell Herbrechtingen 9:15-10:00Uhr
10:00-11:00Uhr	<b>Pilates und Workout</b> Leitung: Johanna Korndörfer Bibrishalle; Fitnessraum 1+2 10:15-11:15Uhr	<b>Wer rastet, der rostet</b> Leitung: Katrin Reith Bibrishalle; Fitnessraum 1+2 10:00-11:00Uhr		<b>Rundum Fit</b> Leitung: Johanna Korndörfer Bibrishalle; Fitnessraum 1+2 10:15-11:15Uhr	<b>Aqua II</b> Leitung: Johanna Korndörfer Jurawell Herbrechtingen 10:00-10:45Uhr
11:00-12:00Uhr					
12:00-17:00Uhr					
17:00-18:00Uhr	<b>Mami-Fit: back in shape</b> Leitung: Stephanie Bofinger Bibrishalle; Fitnessraum 1+2 17:30-18:30Uhr	<b>Rundum Fit</b> Leitung: Katrin Reith Bibrishalle; Fitnessraum 1+2 17:30-18:30Uhr	<b>Mami-Fit: back in shape</b> Leitung: Stephanie Bofinger Bibrishalle; Fitnessraum 1+2 17:30-18:30Uhr	<b>Aqua-Fitness</b> Leitung: Johanna Korndörfer Jurawell Herbrechtingen 17:45-18:30Uhr	
18:00-19:00Uhr		<b>Rundum Fit</b> Leitung: Ingeborg Maier Bibrishalle; Fitnessraum 1+2 18:45-19:45Uhr	<b>Fitness für Männer</b> Leitung: Michael Schmid Wartbergturnhalle 18:15-19:30Uhr		
19:00-20:00Uhr	<b>Zumba</b> Leitung: Luciana Seminara Bibris-Mehrweckhalle 19:30-20:30Uhr		<b>Fit und Gesund</b> Leitung: Katrin Reith Wartbergturnhalle 19:30-20:30Uhr		
20:00-21:00Uhr		<b>3xS Späte Step Stunde</b> Leitung: Melanie Mayer Bibrishalle; Fitnessraum 1+2 20:00-21:00Uhr			

Alle Angebote sowie weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage [www.tsv-herbrechtingen.de](http://www.tsv-herbrechtingen.de).  
 Onlinebuchung über [www.joinspots.de/tsv-herbrechtingen](http://www.joinspots.de/tsv-herbrechtingen) oder über unsere Homepage