




Abteilung - Fit und Gesund

Osterferien - 25.03. - 31.03.2024






Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00 - 10:00 Fat Burner oder Step Aerobic Choreo - Evi N. - Halle 6	9:00 - 10:00 Schongymnastik - Josef - Halle 6		8:30 - 9:30 Zumba & Strong * - Katrin - Halle 9			
	9:30 - 10:30 Fit durchs Jahr - Elisabeth - Halle 9	18:00 - 19:00 Pilates Mobility* - Katrin - Halle 9	9:30 - 10:30 Pilates * - Katrin - Halle 9			
10:15 - 11:15 Pilates - Evi N. - Halle 9	10:00 - 11:00 Fitnessgymnastik - Josef - Halle 6		19:00 - 20:00 Cardio Dance * - Julia - Halle 8			
18:15 - 19:15 Indoor Cycling - Anita -	10:30 - 11:30 Roll Dich fit - Elisabeth - Halle 9		19:00 - 20:00 Fitnessgymnastik 50+ - Josef - Halle 9			
18:30 - 20:00 Muscle & Condition - Evi F. - Halle 4/5	18:00 - 19:00 Pilates - Evi N. - Halle 4/5		19:30 - 20:30 Indoor Cycling - Robert -			
19:30 - 20:30 Indoor Cycling - Robert -	18:30 - 19:30 Indoor Cycling - Lionel -		20:00 - 21:00 Flexi-Bar - Josef - Halle 9		WICHTIG !!! Indoorcycling Anfänger bitte 10 min vor Stundenbeginn zur Einführung anwesend sein !!	
20:00 - 21:00 FUNmotion * - Dagmar & Katrin - Halle 9	19:00 - 20:00 Step Aerobic Choreo - Evi N. - Halle 9					
21:00 - 22:00 Pilates * - Katrin - Halle 9		Bitte nimm zu den Stunden immer Deine eigene Gymnastikmatte mit!		<div style="border: 2px solid red; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>Die online Anmeldung besteht nur für Indoorcycling! > turngemeinde-landshut.de/online-buchungssystem/ > oder auf der Homepage über den Stundenplan</p> </div>		



Angaben ohne Gewähr, Änderungen jederzeit möglich.

> mehr Info's zu Stundenangebot und Beschreibung unserer Stunden unter www.turngemeinde-landshut.de - Abteilung fit & gesund

Montag 01.04.	Dienstag 02.04.	Mittwoch 03.04.	Donnerstag 04.04.	Freitag 05.04.	Samstag 06.04.	Sonntag 07.04.	
	9:00 - 10:00 Schongymnastik - Josef - Halle 6		9:00 - 10:00 Indoor Cycling - Claudia E. -	9:00 - 10:00 Strong - Claudia Scha. - Halle 6	9:00 - 10:00 Indoor Cycling - Aliz -	10:00 - 11:00 Pilates - Robert - Halle 8	
	9:30 - 10:30 Fit durchs Jahr - Ingrid - Halle 9		18:30 - 19:30 Indoor Cycling - Lionel -			11:00 - 12:00 Indoor Cycling - Robert -	
	10:00 - 11:00 Fitnessgymnastik - Josef - Halle 6		19:00 - 20:00 Fitnessgymnastik 50+ - Josef - Halle 9		Möchtest Du immer sofort informiert werden, wenn eine Stunde leider ausfallen muss oder es Neuigkeiten zu unserem Stundenangebot gibt ... ?? Dann komm in unsere WhatsApp oder unsere Signal Gruppe! Einfach den entsprechenden QR-Code scannen und der Gruppe beitreten ☺   WhatsApp Signal		
	10:30 - 11:30 Roll Dich fit - Ingrid - Halle 9		19:30 - 20:30 Indoor Cycling - Robert -				
	18:00 - 19:00 Pilates - Evi N. - Halle 4/5		20:00 - 21:00 Flexi-Bar - Josef - Halle 9				
	18:30 - 19:30 Indoor Cycling - Lionel -						
	19:00 - 20:00 Step Aerobic Choreo - Evi N. - Halle 9					Stunden, die mit einem * gekennzeichnet sind, finden zusätzlich per Zoom Meeting statt. Anmeldung dafür ist nötig, unter abteilung.fitundgesund@web.de	