



Abteilung - Fit und Gesund



Pfingstferien-Präsenz-Stundenplan 20.05-02.06.24


Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
Pfingst- montag	8:30 - 9:30 BeBo Gym * - Christine H. - Halle 9			9:00 - 10:00 Strong - Claudia Scha. - Halle 6	9:00 - 10:00 Indoor Cycling - Aliz -	10:00 - 11:00 Pilates - Robert - Halle 8	
	9:00 - 10:00 Schongymnastik - Josef - Halle 6		17:00 - 18:00 Hot Iron 1 - Anita - Halle 8			11:00 - 12:00 Indoor Cycling - Robert -	
	9:30 - 10:30 Fit durchs Jahr - Ingrid - Halle 9		18:00 - 19:00 Hot Iron 1 - Anita - Halle 8				
	10:00 - 11:00 Fitnessgymnastik - Josef - Halle 6		19:00 - 20:00 Cardio Dance* - Julia - Halle 8				
	10:30 - 11:30 Roll Dich fit - Ingrid - Halle 9		19:00 - 20:00 Fitnessgymnastik 50+ - Josef - Halle 9		WICHTIG !!! Indoorcycling Anfänger bitte 10 min vor Stundenbeginn zur Einführung anwesend sein !!		
	18:00 - 19:00 Pilates - Evi N. - Halle 4/5	18:00 - 19:00 Pilates * - Tanja - Halle 9		19:30 - 20:30 Indoor Cycling - Robert -			
	18:30 - 19:30 Indoor Cycling - Lionel -			20:00 - 21:00 Flexi-Bar - Josef - Halle 9			
	19:00 - 20:00 Step Aerobic Choreo - Evi N. - Halle 9	Bitte nimm zu den Stunden immer Deine eigene Gymnastikmatte mit!					

Online Anmeldung ist nötig für Hot Iron + Indoorcycling!
 > [turngemeinde-landshut.de/online-buchungssystem/](https://www.turngemeinde-landshut.de/online-buchungssystem/)
 > oder auf der Homepage über den Stundenplan



Angaben ohne Gewähr, Änderungen jederzeit möglich.

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

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
9:00 - 10:00 Fat Burner oder Step Aerobic Choreo - Evi N. - Halle 6	8:30 - 9:30 BeBo Gym * - Christine H. - Halle 9		Fronleichnam	9:00 - 10:00 Strong - Claudia Scha. - Halle 6-	9:00 - 10:00 Indoor Cycling - Aliz -	10:00 - 11:00 Pilates - Robert - Halle 8	
	9:00 - 10:00 Schongymnastik - Josef - Halle 6			9:00 - 10:00 Indoor Cycling - Claudia E. -		11:00 - 12:00 Indoor Cycling - Robert -	
10:15 - 11:15 Pilates - Evi N. - Halle 9	9:30 - 10:30 Fit durchs Jahr - Ingrid - Halle 9						
	10:00 - 11:00 Fitnessgymnastik - Josef - Halle 6						
	10:30 - 11:30 Roll Dich fit - Ingrid - Halle 9				<p>Zur Info: In den Ferien gibt es flexible Termine zum radeln. Wann das sein wird, wird in der Indoor-Cycling-WhatsApp-Gruppe bekannt gegeben. Wenn auch Du wissen möchtest, wann geradelt wird, dann tritt dazu um Dir einen Platz, bzw. ein Radl, reservieren zu können.</p>  <p>WhatsApp</p>		
18:30 - 20:00 Muscle & Condition - Evi F. - Halle 4/5	18:00 - 19:00 Pilates - Evi N. - Halle 4/5	18:00 - 19:00 Pilates * - Tanja - Halle 9					
19:30 - 20:30 Indoor Cycling - Robert -	18:30 - 19:30 Indoor Cycling - Lionel -						
	19:00 - 20:00 Step Aerobic Choreo - Evi N. - Halle 9					<p>Stunden, die mit einem * gekennzeichnet sind, finden zusätzlich per Zoom Meeting statt. Anmeldung dafür ist nötig, unter abteilung.fitundgesund@web.de</p>	
		Bitte nimm zu den Stunden immer Deine eigene Gymnastikmatte mit!					