

Unser Angebote im Bereich Fit und Gesund - der TSV bewegt was!

Montag:		
Aqua Fit, Wassergymnastik Locker vom Hocker Seniorenspport alle Karin Sonnenstuhl Tel.: 08856/9763	15.15 - 16.15 Uhr 17.00 - 18.15 Uhr 18.15 - 19.45 Uhr	Piorama SH Birkenstr. SH Birkenstr.
Step Aerobic Faszienfit alle ÜL Michaela Schott Tel.: 08856/2026	17.30 - 18.30 Uhr 18.30 - 19.30 Uhr	SH Josef-Boos-Platz SH Josef-Boos-Platz
Herzgruppe nur mit Verordnung möglich!	17.45 - 19.15 Uhr	SH Birkenstr.
Fitness meets Pilates Helga Lindinger Tel.: 08856/4833	20.00 - 21.30 Uhr	SH Birkenstr.
Lauftreff Hugo Mann	ab 17.30 Uhr	Treffpunkt Stadion
Dienstag		
Fit ohne Geräte info@tsv-penzberg.de	19.00-20.00 Uhr	nur nach Rücksprache
Bodyfit Nina Schott	20.00 - 21.30	SH Josef-Boos-Platz
Mittwoch		
Tanzsport Marlene Popp Tel.: 08856/9869	19.30 - 21.30 Uhr	Rotkreuzsaal
Just Fit Matthias Neumair	19.00 - 20.30 Uhr	SH Josef-Boos-Platz
Donnerstag		
Nordic-Walking M. Brandstetter Tel.: 08046/187878	10.00-11.30 Uhr	Friedhofsparkplatz
Rückenfit ÜL M. Schott Tel: 08856/2026	18.00 - 19.00 Uhr	SH Josef-Boos-Platz
Freitag		
Wohlfühlgymnastik Karin Sonnenstuhl Tel.: 08856/9763	8.30 - 10.00 Uhr	SH Seeshaupter /Ballettsaal

