

# Kursübersicht TV Spaichingen – Frühling/Sommer 2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
8			<b>Yoga am Morgen - Vinyasa Flow</b> 7.45-8.45 (20-116) Anna Hagen <b>NEU</b>			
9	<b>Fit in die Woche</b> 9.00-10.00 (20-101) Kathleen Müller		<b>Fitnesskurs mit Pilates</b> 9.00-10.00 (20-128) Anna Hagen		<b>Body-Workout am Vormittag</b> 8.15-9.15 (20-102) Britta Mattes	<b>Weitere Kurse:</b>
10		<b>Rücken Fit am Vormittag</b> 9.30-10.30 (20-118) Heide Lange				<b>Wochenend-Workshop: Selbstverteidigung für Frauen</b> Sa.+So. 25.+26.04.2020 14.00-17.00 (20-134) Tibor Rac
	<b>Rehasport Montag 1</b> 10.15-11.00 (Reha-Gr.1) Kathleen Müller		<b>Faszien-Rebound</b> 10.15-11.15 (20-130) Anna Hagen		<b>SurYaSoul – Tanz+Bewegung</b> 10.00-11.00 (20-117) Susanne Ober <b>NEU</b>	
11	<b>Rehasport Montag 2</b> 11.10-11.55 (Reha-Gr.2) Kathleen Müller	<b>Rehasport Dienstag</b> 10.45-11.30 (Reha-Gr.3) Heide Lange				
12						
13						
14		<b>Fit ein Leben lang</b> 14.00-15.00 (20-122) Sabine Sauter				
15					<b>Dance-Kids (4-7 Jahre)</b> 14.30-15.30 (20-104) Elena Shelhamer <b>NEU</b>	
16					<b>Dance-Kids (8-13 Jahre)</b> 15.30-16.30 (20-105) Elena Shelhamer	
17		<b>Selbstverteidigung f.Kinder</b> 16.30-17.30 (20-133) Tibor Rac	<b>Rehasport Mittwoch 1 Berufstätige</b> 16.45-17.30 (Reha-Gr.4) Thilo Wössner		<b>Jumping-Fitness I</b> 17.00-18.00 (20-112) Britta Mattes	
	<b>Bodypower-Pump Montag I</b> 17.30-18.30 (20-103) Britta Mattes		<b>Rehasport Mittwoch 2 Berufstätige</b> 17.30-18.15 (Reha-Gr.5) Thilo Wössner	<b>Bodypower-Pump Donnerstag</b> 17.30-18.30 (20-115) Britta Mattes		<b>Funkt. Wirbelsäulengymnastik</b> Freitag 17.30-18.30 (20-120) Gerlinde Schumacher Mehrzweckhalle Schillerschule
18		<b>Pilates am Dienstag</b> 17.45-18.45 (20-106) Heiderose Hafan	<b>H.I.I.T. Tabata</b> 18.15-19.10 (20-121) Britta Mattes	<b>Pilates am Donnerstag</b> 18.35-19.50 (20-107) Heike Piesendel	<b>Jumping-Fitness II</b> 18.00-19.00 (20-113) Jeannine Klemm	
19	<b>Bodypower-Pump Montag II</b> 18.35-19.35 (20-108) Britta Mattes	<b>Jumping Dienstag</b> 19.00-20.00 (20-124) Jeannine Klemm	<b>BodyART Strength</b> 19.10-20.05 (20-129) Ralf Piesendel			<b>Aerower-Jump SAMSTAG</b> 19.00-20.00 (20-135) Claudia Merkt
20	<b>Zumba am Montag</b> 19.40-20.40 (20-109) Tamara Lohs		<b>Zumba-Fitness am Mittwoch</b> 20.05-21.05 (20-110) Claudia Merkt	<b>Kraft &amp; Cardio</b> 20.00-21.00 (20-123) Oliver Müller	<b>Yoga-mit Yoga in Form kommen</b> 19.30-21.00 (19-430) Franz Stettwieser	Weitere Kurs und Workshops Werden kurzfristig in der Tagespresse, Homepage und Facebook bekanntgegeben.
21						