

# Unser Kursprogramm Herbst/Winter 2022

Anmeldung und Informationen zu den Kursen bei [melanie.schreiber@tsv-untereisesheim.de](mailto:melanie.schreiber@tsv-untereisesheim.de) oder bei Gabi Struckmeier, Telefon 07132 41290, [gabi.struckmeier@tsv-untereisesheim.de](mailto:gabi.struckmeier@tsv-untereisesheim.de).

**Kursgebühren TSV-Mitglieder/Nichtmitglieder:** Kursgebühr 24/64 €, Ausnahmen: Jumping Fitness 40/96 €, Stretching & Mobility 12/36 €, Workout mit Baby 12/32 €, Hatha Yoga 18/48 €. Rot unterlegte Kurse sind nur für TSV-Mitglieder und gebührenfrei, die anderen Kurse sind auch für Nichtmitglieder und gebührenpflichtig, für TSV-Mitglieder ermäßigt. Eine Anmeldung zu den Kursen ist erforderlich.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
10.00-11.00 Uhr <b>Workout mit Baby</b> Isabell Zürn ( <i>Babys ab 3 Monaten</i> ) 8x ab 12.09.2022	18.00-19.00 Uhr <b>Fitness querbeet</b> Gabi Struckmeier ab 18.10.2022	9.00- 10.00 Uhr <b>Functional Fitness</b> Maren Beck 16x ab 14.09.2022	9.00 Uhr <b>Senioren- fitness</b> Heide Carle	10.00 Uhr <b>Rückenfit</b> Heide Carle ( <i>Hallenteil 1</i> )	18.00-19.00 Uhr <b>ZUMBA® Toning</b> Melanie Schreiber 16x ab 16.09.2022 ( <i>Hallenteil 1</i> )
17.45-18.45 Uhr <b>Step Aerobic</b> Markus Steinbrenner ab 19.09.2022	18.00-19.00 Uhr <b>Jumping Fitness</b> Nadine Pfeiffer 16x ab 13.09.2022 ( <i>Hallenteil 1</i> )	14.00-15.00 Uhr <b>Seniorenfitness</b> Ursula Eisenhardt	16.30-17.30 Uhr <b>Jumping Kids</b> Nadine Pfeiffer 16x ab 15.09.2022 ( <i>Hallenteil 1</i> )	19.15-20.15 Uhr <b>Latination</b> Anja Grom 16x ab 16.09.2022	
19.00-20.00 Uhr <b>Bodyworkout mit Gerät</b> Melanie Schreiber 16x ab 12.09.2022	<b>Neu!</b> 19.15-20.15 Uhr <b>Jumping Fitness</b> Nadine Pfeiffer 16x ab 13.09.2022 ( <i>Hallenteil 1</i> )	17.45-18.45 Uhr <b>Indian Balance®/Pilates</b> Claudia Majores 13x ab 14.09.2022	17.00-18.00 Uhr, 18.10-19.10 Uhr 19.20-20.20 Uhr <b>Hatha Yoga</b> Gabi Struckmeier 12x ab 13.10.2022		
20.15-21.15 Uhr <b>Orientalischer Tanz</b> Gabi Kubach 16x ab 12.09.2022	19.15-20.00 Uhr <b>Stretching &amp; Mobility</b> Gabi Struckmeier 12x ab 18.10.2022	18.00-19.00 Uhr <b>Tabata</b> Melanie Schreiber 16x ab 14.09.2022 ( <i>Hallenteil 3</i> )	17.45-18.45 Uhr <b>Fit im Zirkel</b> Melanie Schreiber 16x ab 14.09.2022 ( <i>Hallenteil 2</i> )		
		19.00-20.00 Uhr <b>ZUMBA® Fitness</b> Laura Sapich 16x ab 14.09.2022	17.45-18.45 Uhr <b>Fitness Mix</b> Nadine Pfeiffer ( <i>Hallenteil 1</i> )		
		20.15-21.15 Uhr <b>ZUMBA® Fitness</b> Melanie Schreiber 16x ab 14.09.2022	20.30 Uhr <b>Female Dancers</b> Showtanzgruppe Marion Feil		