

Heidelberger Turnverein 1846 e.V.

KURSPLAN – Abteilung Fitness- und Gesundheitssport / Info & Anmeldung: figu@heidelberger-tv.de



MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
	10.00 - 10.45 SENIORENFITNESS (Outdoor) Südstadt, HTV-Platz			10.00 - 10.45 WALKING & GYMNASTIK (Outdoor) Südstadt, HTV-Platz
18.00 - 19.00 8-Wochen-Kurs (Start: 08.04.2024) BODY WORKOUT Bahnstadt	17.00 - 18.00 REHA Orthopädie – Rückenfit Altstadt	18.00 – 19.00 REHA Orthopädie – WS-Yoga Weststadt		
19.00 - 20.00 PILATES Bahnstadt	18.30 - 20.00 POWER-WORKOUT Altstadt	18.45 - 19.45 GYMNASTIK (-WORKOUT) Bahnstadt	18.45-19.45 RÜCKENFIT-WSG Weststadt	
19.10 - 20.10 RUND UM FIT 60+ Weststadt		19.45 - 20.45 VINYASA YOGA Bahnstadt	19.45 - 20.45 HATHA YOGA Weststadt	
20.30 – 21.30 Gymnastik für Jedermann (Outdoor) Südstadt, Der Andere Park				

Änderungen vorbehalten