

TSV 1860 Ansbach Kursplan 2022

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:15 - 09:45	Ausgleichgymnastik Turnhalle Schalkhausen Anmeldung: gerlinde.roessl@outlook.com				
09:00 – 10:30					Nordic Walking Industriegebiet Eyb (Industriestraße 9) Anmeldung: tsv@tsv1860ansbach.de
09:30 - 11:00	Nordic Walking Treffpunkt: Ausgang Freibad Anmeldung: georg@pawlikowski.de		Biken Treffpunkt: Ausgang Freibad Anmeldung: georg@pawlikowski.de		
14:30 - 16:00		Gymnastik für den ganzen Körper Karolinen-Turnhalle Anmeldung: tsv@tsv1860ansbach.de			
17:00 - 18:00	Bodystyling und Rückenfitness THG Gymnastikraum Keine Neuanmeldung z. ZT möglich				
17:00 - 18:15		Wirbelsäulengymnastik neue Luitpoldturnhalle Keine Neuanmeldung z. ZT möglich			
17:30 - 18:15					
17:30 - 18:30		*Yoga für die Lebensmitte Alte Luitpoldturnhalle Anmeldung: tsv@tsv1860ansbach.de			
17:30 - 19:00	Gymnastik für Damen alte Luitpoldturnhalle Keine Neuanmeldung z. ZT möglich			Yoga Online Anmeldung: tsv@tsv1860ansbach.de	
17:45 - 18:30					
18:00 - 18:45			Core 3D – Rückenfit Karolinen Turnhalle Anmeldung: mona.irg@tsv1860ansbach.de		
18:00 - 18:50	Bootcamp (April – Oktober) Sportplatz gegenüber vom Freibad Anmeldung: mona.irg@tsv1860ansbach.de				
18:00 – 19:00					*Hot Iron® Karolinen-Turnhalle Anmeldung: mona.irg@tsv1860ansbach.de

18:00 - 19:30	Gymnastik für Mollige Karolinen-Turnhalle Anmeldung: tsv@tsv1860ansbach.de				
18:15 - 19:15	Bodystyling und Rückenfitness THG Gymnastikraum Keine Neuanmeldung z. ZT möglich				
19:00 - 19:45	Aquafit Aquella Anmeldung: schwimmen@tsv1860ansbach.de				Aquafit Aquella ab Juni: Samstag 08:00 Uhr (Freibad) Anmeldung: schwimmen@tsv1860ansbach.de -
19:00 - 20:00			*Hot Iron® Karolinen-Turnhalle Anmeldung: mona.irg@tsv1860ansbach.de Pilates THG Gymnastikraum Anmeldung: tsv@tsv1860ansbach.de		
19:00 - 20:30	Gymnastik für Damen Platenturnhalle unten Anmeldung: tsv@tsv1860ansbach.de	*Full Body Works (Okt-Ostern) Realschule Ansbach Anmeldung: tsv@tsv1860ansbach.de	Gymnastik für Herren Platenturnhalle unten Anmeldung: tsv@tsv1860ansbach.de Wirbelsäulengymnastik Turnhalle Eyb Anmeldung: tsv@tsv1860ansbach.de		
20:00 - 21:00		Gymnastik für Damen Turnhalle Eyb Anmeldung: tsv@tsv1860ansbach.de	*Power Yoga THG Gymnastikraum Anmeldung: tsv@tsv1860ansbach.de	deepWork® THG Halle A Anmeldung: mona.irg@tsv1860ansbach.de	
20:00 - 21:30	Gymnastik für Damen & Herren (70+) Güllschule Mädchenturnhalle Anmeldung: tsv@tsv1860ansbach.de				

*entgeltlich (Preise für Mitglieder): HOT IRON® 30€ für 10 Einheiten/ Power Yoga, Yoga für die Lebensmittel: 6€ im Monat/ Full Body Works: einmalig 25€

Für weitere Informationen: tsv@tsv1860ansbach.de

Wir freuen uns auf Euch! 😊