

# BLEIB FIT - TURN MIT

## Turnplan 2008/2019

### TURNHALLE REGAU

**FRAUENGYMNASTIK mit Musik ab 17.9.2018**

Montag, 20.00 - 21.00 Uhr (Halle 1,2+3)

**50 Plus –TURNEN(Frauen und Männer) ab 201.9.2018**

Donnerstag, 16.30 -17.30 Uhr (Halle 1+2)

**GESUNDHEITSTRAINING FÜR DEN RÜCKEN ab 19.9.2018**

Mittwoch, 20.00 – 21.00 Uhr (Halle 1+2) in Kursform

**KONDITIONS- und AUSDAUERTRAINING (Frauen und Männer)**

Montag, 18.30 - 20.00 Uhr (Halle 1,2+3) **ab 8.10.2018**

**DIVERSE GRUPPEN (Ballspiele)**

Samstag, 16.00 - 20.00 Uhr (Halle 1,2+3)



### TURNHALLE RUTZENMOOS

**ELTERN-KIND-Turnen ab 17.9.2018**

Kinder von 2 - 4 Jahre: Montag, 15.30 - 16.20 Uhr

**Kleinkinder (4 Jahre – 1.Klasse) ab 17.9.2018**

Montag, von 16.30 – 17.20 Uhr

**Kinder (Volksschüler, Teenies) – ab 17.9.2018**

Montag von 17.30 – 18.30 Uhr

**GESUNDHEITSTRAINING FÜR DEN RÜCKEN ab 19.9.2018**

Mittwoch, 18.15 – 19.15 Uhr in Kursform

**BODY MIND BALANCE ab 19.9.2018**

Mittwoch, 19.15 – 20.45 Uhr in Kursform

**KINDERKARATE ab**

Mittwoch, 16.30 – 18.00 Uhr in Kursform



Wir, die geschulten Übungsleiter, würden uns freuen, auch **Sie - im Interesse Ihrer Gesundheit** - in den Turnhallen Regau und Rutzenmoos begrüßen zu dürfen.

**Information und Auskunft:** Barbara Führer Tel.: 0680/2044424  
(Sektionsleiterin Turnen)

