

TSV TUTZING - STUNDENPLAN: ABTEILUNG FITNESS / TURNEN

MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG	
Vormittag ab 8 Uhr									
09:00-10:00 Uhr HULA-HOOP-FITNESS		09:00-10:00 Uhr <u>RÜCKEN FITNESS</u>		10:00-11:00 Uhr <u>SENIOREN- GYMNASTIK</u>		10:15-11:15 Uhr <u>DENKEN & BEWEGEN</u>			
TSV-Gym-Raum Judith		TSV-Gym-Raum Evelyn		TSV-Gym-Raum Rainer		Kurs - 10 Einheiten Start 10.9.2025 TSV-Gym-Raum Monika			
Nachmittag ab 14/15 Uhr									
15:15-17:00 Uhr <u>ELTERN-KIND- TURNEN</u> (laufen können - 3 Jahre)		15:15-16:00 Uhr <u>KIDS FIT 2</u> (8-10 Jahre) Neu ab Mitte Oktober		16:00-17:00 Uhr <u>BEWEGUNGSSPIELE KINDERTURNEN</u> (3 - 5 Jahre)					
Halle 3 Carola		Halle 3 Yvonne max. 16 Kinder		Halle 2+3 Hendrik, Florian +Team					
16:10-17:00 Uhr <u>RAMBA-ZAMBA KINDERTANZEN</u> (7 - 11 Jahre)		16:00-16:45 Uhr <u>KIDS FIT 1</u> (5-7 Jahre) Neu ab Mitte Oktober		17:00- 18:30 <u>GERÄTTURNEN</u> (6-8 Jahre)		17:00-18:00 Uhr <u>BEWEGUNGSSPIELE KINDERTURNEN</u> (6 - 9 Jahre)		17:00-18:00 Uhr <u>GERÄTTURNEN</u> (6-8 Jahre)	
TSV-Gym-Raum Elina		Halle 3 Yvonne max. 16 Kinder		Halle 3 Eva, Laura & Team		Halle 3 Hendrik, Florian + Team		Halle 3 Eva, Laura, Anna, Leni, Selina	
Abend ab 18/19 Uhr									
18:00-19:00 Uhr <u>WORKOUT</u>		18:30-19:30 Uhr <u>BEWEGTES WORKOUT DANCE</u>		18:30-20:00 Uhr <u>GERÄTTURNEN</u> (ab 9 Jahre)		18:00-19:00 Uhr <u>GERÄTTURNEN</u> (8-10 Jahre)		18:00-19:00 Uhr <u>DAMEN-FITNESS GYMNASTIK</u>	
TSV-Gym-Raum Henny		TSV-Gym-Raum Marion		Halle 3 Eva, Laura & Team		Halle 3 Eva, Laura , Anna, Leni, Selina		TSV-Gym-Raum Henny	
19:30-20:30 Uhr <u>POWER-WORKOUT</u>				19:00-20:00 Uhr <u>HULA -HOOP-FITNESS</u> Start Oktober 2025		19:00-20:00 Uhr <u>GERÄTTURNEN</u> (10 Jahre+ älter)		19:00-20:00 Uhr <u>ZUMBA</u>	
TSV-Gym-Raum Henny				TSV-Gym-Raum Judith		Halle 3 Eva, Laura , Anna, Leni, Selina		TSV-Gym-Raum Claudia	
						19:00-20:00 Uhr <u>HERREN-FITNESS GYMNASTIK</u>		19:00-20:00 Uhr <u>YOGA</u>	
						Halle 2 Rudi		TSV-Gym-Raum 1. OG Regina	

Farbenlehre:	
TSV-Gym-Raum	Halle Nr. 2
TSV-Gym-Raum 1. OG	Halle Nr. 3
Gemeinde-Gym-Raum	Halle Nr. 2+3