

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 RÜCKEN FITNESS		10:00-11:00 Uhr SENIOREN-GYMNASTIK	10:15-11:15 Uhr DENKEN & BEWEGEN 10 Einheiten Start 5.2.2026		8:30-9:30 Uhr MOBILITY FLOW NEU! Start 23.1.2026
TSV-Gym-Raum Judith	TSV-Gym-Raum Evelyn		TSV-Gym-Raum Rainer	TSV-Gym-Raum Monika		TSV-Gym-Raum Marion
	Nachmittag ab 14/15 Uhr					
15:15-17:00 Uhr ELTERN-KIND-TURNEN (laufen können - 3 Jahre)			16:00-17:00 Uhr BEWEGUNGSSPIELE KINDERTURNEN (3 - 5 Jahre)			
Halle 3 Carola			Halle 2+3 Hendrik, Florian + Team			
16:10-17:00 Uhr RAMBA-ZAMBA KINDERTANZEN (7 - 11 Jahre)		17:00- 18:30 GERÄTTURNEN (6-8 Jahre)	17:00-18:00 Uhr BEWEGUNGSSPIELE KINDERTURNEN (6 - 9 Jahre)	17:00-18:00 Uhr GERÄTTURNEN (6-8 Jahre)	17:00-18:00 TEENIE CHOREO DANCE (ab 12 Jahre)	
TSV-Gym-Raum Elina		Halle 3 Eva und Selina	Halle 3 Hendrik, Florian + Team	Halle 3 Selina, Anna S., Leni, Anna A.	TSV-Gym-Raum Anna	
	Abend ab 18/19 Uhr					
18:00-19:00 Uhr WORKOUT	18:30-19:30 Uhr BEWEGTES WORKOUT	18:30-20:00 Uhr GERÄTTURNEN (ab 9 Jahre)	16:00-17:00 KIDS DANCE MOVES (9-12 Jahre)	18:00-19:00 Uhr GERÄTTURNEN (8-10 Jahre)	18:00-19:00 Uhr DAMEN-FITNESS GYMNASTIK	18:00-18:45 Uhr INTERVALL-TRAINING
TSV-Gym-Raum Henny	TSV-Gym-Raum Marion	Halle 3 Eva und Selina	TSV-Gym-Raum Mandy	Halle 3 Selina, Anna S., Leni, Anna A.	TSV-Gym-Raum Henny	TSV-Gym-Raum Steffi
19:30-20:30 Uhr POWER-WORKOUT			19:00-20:00 Uhr HULA -HOOP-FITNESS	19:00-20:00 Uhr GERÄTTURNEN (10 Jahre+ älter)	19:00-20:00 Uhr ZUMBA	18:45-19:30 Uhr GANZKÖRPER-KRÄFTIGUNG
TSV-Gym-Raum Henny			TSV-Gym-Raum Judith	Halle 3 Selina, Anna S., Leni, Anna A.	TSV-Gym-Raum Claudia	TSV-Gym-Raum Steffi
				19:00-20:00 Uhr HERREN-FITNESS GYMNASTIK	18:00-19:00 Uhr YOGA	
				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