

Kursplan TG Obertshausen Fitness



Sport ist im Verein am schönsten und das zu einem fairen Preis

Preise:

10er Karte Mitglied 15 €

10er Karte Nicht-Mitglied 40 €

Vereinsheim

Sonnentauschule

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
European Muscle Power 08:45 <i>Claudia</i>	Gym 08:45 <i>Babette</i> Ab 08.09.	Sturzprophylaxe 9:00 <i>Babette</i>		
	Faszientraining 10:15 <i>Babette</i> Ab 08.09.			
			Wirbelsäulen- gymnastik* 15:30 <i>Rücker</i> Im Vereinsheim	
		Gym 60+ * 17:00 <i>Frau Rücker</i>	Yoga 17:00 <i>Sonja</i>	
Rückentraining 18:00 <i>Simone</i>	European Tae Bo 18:00 <i>Tina</i> Ab September	Bauch Beine Po 18:30 <i>Susana</i>	Bodystyling 18:30 <i>Heiko</i>	Nordic Walking 17:00 * <i>Nowotnik</i>
Deep Work 19:30 <i>Simone</i>		YOGA 20:00 <i>Sonja</i>		Functional Training 18:15 <i>Sarah</i>

Das Training in der Sonnentau-Schule findet zurzeit nicht statt.

TGO Vereinsheim

Georg-Kerschensteiner-Straße 29

63179 Obertshausen

Email: info@tgo-obertshausen.de

Tel. 06104 44200

www.tgo-obertshausen.de

Sonderbeitrag Nordic Walking:

25 € für Nichtmitglieder

* Mitglieder frei/Nicht-Mitglieder 10er-Karten pflichtig