

Übungszeiten Vereinsheim u.a. TUS Lindenholzhausen e.V.		Stand 18.12.2023						
	Montag	Dienstag	Mittwoch		Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00			Sitzgymnastik 9:00 - 9:45 mit Edith Hartmann (06431/74998) TUS VEREINSHEIM					
09:30								
10:00			Sitzgymnastik 10:00 - 10:45 mit Edith Hartmann (06431/74998) TUS VEREINSHEIM		Eltern-Kind-Gruppe Maxis (1-2 Jahre) Nina Löw 09:30-10:30 (0176/21812119) TUS VEREINSHEIM			
10:30								
11:00					Eltern-Kind-Gruppe Minis (0,5-1 Jahre) Nina Löw 10:45-11:45 (0176/21812119) TUS VEREINSHEIM			
11:30								
12:00								
12:30								
13:00								
13:30								
14:00								
14:30								
15:00						Kinder-Yoga (bis Einschulung) 15:00 - 15:45 Katharina Ries (0151/56927064) TUS VEREINSHEIM		
15:30								
16:00						Kinder-Yoga (ab Einschulung) 16:00 - 17:00 Katharina Ries (0151/56927064) TUS VEREINSHEIM	Lauftreff 16:00 - 17:00 mit Alfred Jung- König jun. (06431/73471) ab Turnhalle	
16:30								
17:00								
17:30								
18:00	Gymnastik Senioren Frauen (ab ca. 65 J.) 18:00 - 19:00 mit Anette Preißler 06431/73446 TUS VEREINSHEIM							
18:30					Kreisvolkshochschule Fitnessgymnastik 18:30 - 19:30 (Cäcilia Vefreinsheim)			
19:00			ZUMBA 19:00 - 20:00 mit Sandra Weifenbach 06431/75174 SCHULLAULA	Lauftreff 19:00 - 20:00 mit Alfred Jung-König jun. (06431/73471) ab Turnhalle				
19:30								
20:00								
20:30								
21:00								
21:30								
22:00								