

TSV Grabenstätt/Chiemsee e. V.
Turnabteilung und Garde
Herbst- und Winterprogramm 2011/2012

KINDERPROGRAMM

MONTAG	15.30 - 16.30 Schule Grabenstätt	<u>Eltern-Kind-Turnen (ca. 2-4 J.)</u> mit Stefanie Schwaiger (Tel.08661/9839890)
DONNERSTAG	15.30 - 16.30 Schule Grabenstätt	<u>Kinderturnen (ca. 4 - 6 Jahre)</u> mit Sonja Liesting (Tel.08661/982717) ab 13.10.2011
	16.30-17.30 Schule Grabenstätt	<u>Leichtathletik- Training ab Grundschulalter</u> ab Januar 2012 (bei Interesse melden bei: 08661/929419)

ERWACHSENENPROGRAMM

MONTAG	19.00 - 20.00 Schule Grabenstätt 19 - 21.00 Gymnastikstudio TSV 20.00 - 21.00 Schule Grabenstätt	<u>Seniorengymnastik/Yoga</u> mit Erna Wiendl <u>saisonbedingtes Tanztraining</u> mit Alexandra Zaiser <u>Fitnessgymnastik</u> mit Eva Maurer
DIENSTAG	18.00 - 19.00 Gymnastikstudio TSV 19.00 - 20.00 Gymnastikstudio TSV 20.15 - 21.15 Gymnastikstudio TSV	<u>Pilates**</u> mit Centa Ritz <u>Step-Aerobic**</u> mit Centa Ritz <u>Power - Step ** (auch für Anfänger)</u> mit Centa Ritz
MITTWOCH	15.00 - 16.00 Schule Grabenstätt 18.00 - 19.00 Gymnastikstudio TSV 19.00 - 21.00 Gymnastikstudio TSV 19.00 - 20.00 Schule Grabenstätt	<u>Nordic-Walking-Treff</u> mit Eva Maurer <u>Kinder- und Jugendgarde</u> mit Alexandra Zaiser und Steffi Steinberger <u>Tanztraining</u> mit Alexandra Zaiser <u>Skigymnastik ab 5.10.2011</u> mit Gitta Kettner (Kursgebühr nur für Nicht-Mitglieder 30 €)
DONNERSTAG	8.30 - 9.30 Gymnastikstudio TSV 17.30 - 18.30 Gymnastikstudio TSV 18.30 - 19.30 Gymnastikstudio TSV 19.40 - 20.40 Gymnastikstudio TSV	<u>Pilates **</u> mit Centa Ritz <u>Pilates */**</u> mit Centa Ritz <u>Step-Aerobic **</u> mit Centa Ritz <u>Pilates **</u> mit Centa Ritz
SONNTAG	18.30 - 21.00	<u>Garde</u> mit Alexandra Zaiser

Pilates/Step-Aerobic: * abhängig von der Teilnehmerzahl
 ** Kursgebühr: TSV-Mitglieder 25,-- / Nicht-Mitglieder 45,-- je 10er Block
 Anmeldung und nähere Informationen unter : Tel. 08661/929419