

Angebote Fitness und Gesundheit

Euer Ansprechpartner im Verein: Lars Hauser - Bitte meldet euch zu den Gold- und Silberangeboten auf der Homepage oder über info@tv1862-langen.de an.
Gerne könnt Ihr uns auch zu den Geschäftszeiten telefonisch kontaktieren.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Gymnastik (Frauen) 10:30 bis 11:30 Uhr Großer Saal Elvira Knatz	*Wirbelsäule 11:00 bis 12:00 Uhr Großer Saal Nächster Kurs ab 16.04.24 Elvira Knatz	*Reha Sport (Orthopädie) 8:00-8:45 Uhr Großer Saal Bernd	Gymnastik 9:30 bis 10:30 Uhr Großer Saal Nicole Tarulli	Fitnesszirkel 9:30 bis 10:30 Uhr GSH (Außengelände) Neu ab 19.04.24 Lars Hauser
Fitnesszirkel 11:00 bis 12:00 Uhr GSH (Außengelände) Lars Hauser	Reha Sport (Orthopädie) 12:15 bis 13:00 Uhr Großer Saal Lars Hauser	Sport bei Diabetes 8:45 bis 9:45 Uhr Großer Saal Nicole Tarulli	Stuhlgymnastik 10:45 bis 11:45 Uhr Großer Saal Nicole Tarulli	*Osteoporose 11:00 bis 12:00 Uhr Großer Saal Nächster Kurs ab 19.04.24 Elvira Knatz
*Reha Sport (Orthopädie) 15:00 bis 15:45 Uhr Großer Saal Lars Hauser	Gymnastik (Frauen) 19:30 bis 20:30 Uhr Großer Saal Anke Herth	Fitnesszirkel 09:30 bis 10:30 Uhr GSH (Außengelände) Lars Hauser	Wassergymnastik 14:00 bis 15:00 Uhr Hallenbad Janine Wendland	*Reha Sport (Orthopädie) 14:00 bis 14:45 Uhr Großer Saal Anke Herth
*Reha Sport (Orthopädie) 16:00 bis 16:45 Uhr Großer Saal Lars Hauser		Gymnastik (Frauen) 10:00 bis 11:00 Uhr Großer Saal Roswitha Jonen	*Aquagymnastik 1 18:00 bis 19:00 Uhr Nächster Kurs ab Herbst Elvira Knatz	*Reha Sport (Lunge) 17:15 bis 18:45 Uhr SZN Mehrzweckraum ÜL-Team-Rehasport
Fitnesszirkel 17:45 bis 18:45 Uhr GSH (Außengelände) Lars Hauser		Fitness Mix 11:00 bis 12:00 Uhr Großer Saal Kristin Schneider	*Aquagymnastik 2 19:00 bis 20:00 Uhr Nächster Kurs ab Herbst Elvira Knatz	Fitnesszirkel 17:15 bis 18:15 Uhr GSH (Außengelände) Lars Hauser
Selbstverteidigung ab 14 J. 18:30 bis 20:00 Uhr ASS Diane		Faszientraining 18:00 bis 19:00 Uhr Jugendraum Klaus Schäfer	Fitnessstraining - Workout 19:30 bis 20:45 Uhr Albert Schweitzer Schule Sylvia Liersch	Rückengymnastik 17:30 bis 18:30 Uhr Großer Saal Anke Herth
Indoor Cycling 18:45 bis 19:45 Uhr Kleiner Saal Silke Anthes		Indoor Cycling 18:30 bis 19:30 Uhr Kleiner Saal Silke Anthes	Mach mit - bleib fit 20:00 bis 21:00 Uhr Großer Saal Anke Herth	Sport pro Gesundheit 18:30 bis 20:00 Uhr Albert-Schweitzer-Schule Andrea Fuß
4xF 18:45 bis 20:00 Uhr Kraftraum 2 GSH Carsten Schmidt		Hula-Hoop Einsteiger 20:00 bis 21:00 Uhr Großer Saal Anke Herth		*Reha Sport (Orthopädie) 18:45 bis 19:30 Uhr Großer Saal Lars Hauser
				*Reha Sport (Herz) 19:00 bis 20:30 Uhr SZN Drei-Felder-Halle ÜL-Team-Rehasport

Trainingsstätten

Großer Saal, Kleiner Saal, Jugendraum
Friedrich-Ludwig-Jahn-Platz 1

Hallenbad
Südliche Ringstraße 75

Albert Schweitzer Schule (ASS)
Berliner Allee 35

Georg-Sehring-Halle (GSH)
Berliner Allee 91

Mehrzweckraum, Drei-Felder-Halle (SZN)
Sportzentrum Nord: Hans Kreiling Allee 15 A

Präventionskurse
*Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung

Gold

Silber

Bronze

Reha Sport

*Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung

Stand: 19.03.2024