

Montag				
08:00	<b>Funktionales Power Yoga am Vormittag</b> TSV Notzingen Bürgerehaus Wellingen 08:30 - 09:30	<b>Zumba Fitness</b> TSV Jesingen Gemeindehalle Jesingen 09:45 - 10:45	<b>Pilates</b> TSV Jesingen Gemeindehaus Jesingen 08:30 - 09:30	
09:00				
10:00	<b>Fit und Gesund am Vormittag</b> TSV-Notzingen Bürgerhaus Wellingen 09:30 - 10:30			
11:00				
12:00				
13:00				
14:00				
15:00				
16:00				
17:00	<b>Rückenfit - Wirbelsäulengymnastik</b> TSV Schlierbach Dorfwiesenhalle 17:30 - 18:30	<b>Step-Aerobic</b> TSV Ohmden Gemeindehalle Ohmden 18:30 - 19:30		
18:00				
19:00			<b>Rückenstärkung und Faszientraining</b> TSV Notzingen Bürgerhaus Wellingen 19:30 - 20:30	<b>Bewegen statt Schonen</b> TSV Jesingen Lindachschule Jesingen 20:15 - 21:15
20:00				
21:00				
22:00				
23:00				

Dienstag			
08:00	<b>FitMix Women</b> TSV Schliebach Dorfwiesenhalle 08:30 - 09:30	<b>Hatha Yoga</b> TSV Jesingen Gemeindehalle Jesingen 09:15 - 10:30	<b>Beckenbodengymnastik</b> TSV Jesingen Gemeindehalle Jesingen 09:00 - 10:00 <b>Bewegen statt Schonen</b> TSV Jesingen Gemeindehalle Jesingen 10:00 - 11:00
09:00			
10:00			
11:00 - 16:00			
17:00	<b>Pilates</b> TSV Notzingen evangelisches Gemeindehaus Notzingen 17:30-18:30		
18:00			
19:00	<b>Cross Fit Yoga</b> TSV Notzingen evangelisches Gemeindehaus Notzingen 19:00 - 20:00	<b>NEU: STB Fitnesszirkel- funktionelles Fitnesstraining</b> TSV Notzingen Sporthalle Notzingen 19:00 - 20:00	<b>Nordic Walking</b> TSV Jesingen Sporthalle Lehenäcker, Kirchheim 18:30 - 19:45
20:00	<b>CrossBodyFit</b> TSV Schlierbach Sporthalle Bergreute 20:00 - 22:00	<b>Relax Yoga am Abend</b> TSV Notzingen evangelisches Gemeindehaus Notzingen 20:15 - 21:15	<b>Zumba Fitness</b> TSV Jesingen Gemeindehalle Jesingen 20:10 - 21:10
21:00			
22:00			
23:00			

	Mittwoch		
08:00			
09:00	<b>Babys in Bewegung BIB1</b> (3-6 Monate)/BIB2 (6-9 Monate) TSV Jesingen Gemeindehalle Jesingen 09:00 - 10:30	<b>Rücken Fit (DTB)</b> TSV Jesingen Gemeindehalle Jesingen 08:30 - 09:30	<b>Rücken Fit (DTB)</b> TSV Jesingen Gemeindehalle Jesingen 09:30 - 10:30
10:00		<b>Babys in Bewegung BIB3</b> <b>(9-12 Monate)/BIB2 (6-9</b> <b>Monate)</b> TSV Jesingen Gemeindehalle Jesingen 10:30 - 12:00	
11:00			
12:00			
13:00			
14:00			
15:00			
16:00			
17:00			
18:00			
19:00			
20:00	<b>Hatha Yoga</b> TSV Jesingen Lindachschule Jesingen 20:00 - 21:15	<b>Bewegen statt Schonen</b> TSV Jesingen Gemeindehalle Jesingen 20:15 - 21:15	
21:00			
22:00			
23:00			

	Donnerstag	Freitag
08:00		
09:00	<b>Fit in den Tag 40+</b> TSV Notzingen Sporthalle Notzingen 09:00 - 10:00	<b>Babys in Bewegung BIB1 (3-6 Monate)/BIB2 (6-9 Monate)</b> TSV Jesingen Gemeindehalle Jesingen 09:00 - 10:30
10:00	<b>Fit und mobil 60+</b> TSV Notzingen Sporthalle Notzingen 10:00 - 11:00	
11:00		<b>Babys in Bewegung BIB3 (9-12 Monate)/BIB2 (6-9 Monate)</b> TSV Jesingen Gemeindehalle Jesingen 10:30 - 12:00
12:00		
13:00		
14:00		
15:00		
16:00		
17:00	<b>Bewegen statt Schonen</b> TSV Jesingen Sportanlage Lehenäcker, Kirchheim 16:15 - 17:15	
18:00		
19:00		<b>Zumba</b> TSV Notzingen Sporthalle Notzingen 19:45 - 20:45
20:00	<b>Kundalini Yoga</b> TSV Jesingen Lindachschule Jesingen 19:00 - 20:15	
21:00		
22:00		
23:00		