



!!! Die neuen Kurse beginnen im Januar 2016 !!!

Vergessen Sie nicht, sich anzumelden. Die neuen Kurse beginnen im Januar und laufen bis April. Die Kurse von Johanna haben schon ab dem 15. Dezember 2015 begonnen und laufen bis März. Functional + Core Fitness ist ein Dauerangebot, hier kann man ohne Voranmeldung, einfach mal mitmachen und reinschnuppern. Auch in den anderen Kursen darf die 1. Stunde zum Schnuppern besucht werden. Alle Kurse finden im 2. OG des TG-Turms statt.

Anmeldung: direkt bei den Übungsleiterinnen oder über fitness@tg-laudenbach.de

Johanna Kury-Eberhard Tel.: 06251-587122 info@diegruenwerkstatt.de
RückenFit für Senioren Dienstag 17:30 - 18:30 Uhr ab 15. Dez. 2015
RückenFit Dienstag 18:30 - 19:45 Uhr ab 15. Dez. 2015
RückenFit Dienstag 19:45 - 21:00 Uhr ab 15. Dez. 2015

Christine Noe-Knust Tel.: 06201-4709003 christine-fitness@t-online.de
RückenFit Dienstag 10:45 - 11:45 Uhr ab 12. Jan. 2016
Rücken plus Gelenke Mittwoch 08:45 - 09:45 Uhr ab 13. Jan. 2016
Functional+Core Fitness Freitag 09:30 - 10:45 Uhr Dauerangebot

Marga Spinner Tel.: 06252-6413 marga.spinner@web.de
Hatha Yoga Mittwoch 19:30 - 21:00 Uhr ab 13. Jan. 2016

Christine Noe-Knust, Birgit Kreß Tel.: 06201-4709003 und Tel.: 06201-71522
„Starke“ Frauen Donnerstag 08:30 - 09:30 Uhr ab 25. Feb. 2016
(VHS+TG)

Brigitte Herb Tel.: 06201/45748 herbbrigitte@gmail.com
Babygymnastik Mittwoch 10:30-11:15 ab 20. Jan. 2016
5 Wochen-Kurs

