

Unser Ferienprogramm 2018

für Erwachsene



Turngemeinde Heiden e.V.
 Rathausplatz 15 - 46359 Heiden
 Tel. 0 28 67 / 90 81 70 - info@turngemeinde-heiden.de

Montag 19:00 bis 20:00 Uhr		Dienstag 20:00 bis 21:00 Uhr		Mittwoch 19:00 bis 20:00 Uhr	
16.07.	"Step Workout" mit Kordula	17.07.	"Zumba" mit Marina	18.07.	"Faszien & More" mit Silke
23.07.	"Fatburner" mit Franziska	24.07.	"Strong by Zumba" mit Anja (Intensives Intervalltraining)	25.07.	"Fit Mix" mit Konny
30.07.	"Bodyshape" mit Petra B.	31.07.	"DanceFit" mit Kerstin	01.08.	"Body Fit" mit Sarah



Teilnahmebedingungen:

- Ab sofort bis zum 13.07.18 könnt Ihr die erforderlichen Wertmarken nach den Kursen bei den Trainern erwerben.
- Wertmarke pro Kurs:
 - Erwachsene: **Nichtmitglieder 3 €** / Mitglieder 2,50 €
 - Kinder: **Nichtmitglieder 1,50 €** / Mitglieder 1 €
- Die Rückgabe der Wertmarken ist nicht möglich.

Unser Ferienprogramm 2018



Turngemeinde Heiden e.V.
Rathausplatz 15 - 46359 Heiden
Tel. 0 28 67 / 90 81 70 - info@turngemeinde-heiden.de

Zirkel am Vormittag

Dienstag 9:00 bis 10:00 Uhr		Freitag 9:00 bis 10:00 Uhr	
17.07.	Kordula	20.07.	Lisa
24.07.	Lisa	27.07.	Tina
31.07.	Lisa	03.08.	Tina

Zirkel am Abend

Dienstag 19:00 bis 20:00 Uhr		Donnerstag 19:00 bis 20:00 Uhr	
17.07.	Sarah	19.07.	Mareen
24.07.	Sarah	26.07.	Konny
31.07.	Franzi	02.08.	Mareen

Teilnahmebedingungen:

- Kurse werden nur für TG-Mitglieder angeboten.
- Ab sofort könnt Ihr Euch in die Teilnehmerlisten eintragen.
- Bitte berücksichtigt, dass auf Grund der verfügbaren Plätze Eure Anmeldungen verbindlich sind.
- Kurse werden über Eure Zirkelkarte abgerechnet.