

Unser Kursangebot (alle Kurse, außer Eltern-Kind, finden im Sportpark statt):

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donners- tag	Freitag	Sonntag
Indoor Cycling 9:00-9:45	Yoga 8:30-9:15	Bewegtes Abnehmen 9:00-10:45	Stretching 17:45-18:30		Indoor Cycling 9:00-9:45
Indoor Cycling 10:15-11:00	Yoga 9:45-10:30	Stretching 16:00-16:45	Indoor Cycling 19:00-19:45		
Yoga 18:30-19:15	Eltern-Kind Turnen 16:00-16:45 (Turnhalle)	Bleib fit über 50 17:00-17:45			
Full Body Workout 19:30-20:15	Eltern-Kind Turnen 16:45-17:30	Pilates A 18:00-18:45			
	Indoor Cycling 18:30-19:15	Bewegtes Abnehmen 19:00-20:45			

Anmeldungen für unsere Kurse sind ab sofort möglich. Nach tel. Anmeldung bitten wir um Überweisung der Kursgebühr unter Angabe des Kursnamens auf das Konto TuS-Turnen der Sparkasse Hirschau IBAN DE9675250000021010905 oder auf das Konto der Raiffeisenbank-Hirschau IBAN DE92760694860000021423 erst danach ist die Anmeldung gültig. Die Kurse finden ab einer Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen statt, auch ist die Kursteilnehmerzahl nach oben begrenzt. Die Kursplätze werden nach der Anmelde Reihenfolge (Bezahlung der Kursgebühr) belegt. Zur Teilnahme der ganzjährigen Übungsstunden ist eine Mitgliedschaft im TuS Hirschau und in der Abteilung Turnen erforderlich. Meldet euch einfach zu Beginn der Übungsstunde beim Übungsleiter. Ihr könnt gerne Mal zum unverbindlichen „Schnuppern“ kommen.

Auf unserer Facebook Seite [TuS Hirschau Turnen](#) oder unter www.tus-hirschau.de findet ihr noch mehr Informationen zum Verein. Nutzt hierfür einfach unseren QR Code.



TuS Hirschau 1870 e.V.
Abteilung Turnen

Programm Herbst 2020

Ganzjährige Übungsstunden im Sportpark (nur nach Absprache mit Übungsleitern)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donners- tag	Freitag
Leistungs- turnen, w (Turnhalle) 16:00-18:00	Turbomäuse 3-5 Jahre (Turnhalle) 16:00-17:00	Pilates F 9:00-9:45	Leistungs- turnen, w 16:00-18:00	Bodystyling 9:00-9:45
Jedermänner (Turnalle) 20:00-22:00	Die jungen Wilden ab 6 Jahre (Turnhalle) 17:00-18:00	Seniorinnen Sportpark 11:00-11:45	Donnerstags Turnerinnen 17:00-17:45	Leistungs- turnen, w 14:00-19:00
	Senioren 17:00-17:45	Bodystyling 19:00-19:45	Fit for Men 20:00-20:45	
	Leistungs- turnen, w 17:00-20:00			
	Dienstags- turnerinnen 19:45-20:30			

