

# Ferienprogramm TV Plieningen 2022

## www.tv-plieningen.de

Die Sportstunden während der Sommerferien finden nur im Freien, in unserem Sportgelände im Wolfer statt. Bei Regen entfallen die Stunden, nur die Funktionelle Fitnessstunde am Freitagabend, 19.00-20.00 Uhr kann bei Regen in der Wolferhalle stattfinden.

### **Montag - Wirbelsäulengymnastik**

Einmalig am 1. August 2022

19.30-20.30 Uhr

Neue Teilnehmer bitte vorab bei Michaela Behrend melden.

Telefon: 0178 932 4420

### **Dienstag - Fit-Mix**

18.30 Uhr- 19.30 Uhr

Neue Teilnehmer bitte vorab bei Ulrike Waldruff melden.

Telefon: 0711-4586095 oder Handy: 0159 0811 1222

### **Mittwoch - Funktionelles Training**

9.30 Uhr – 10.30 Uhr

Neue Teilnehmer bitte vorab bei Brigitte Hübner melden

Telefon: 0163 1617 623

### **Mittwoch – Fitnessgymnastik**

19.15 Uhr- 20.15 Uhr

Neue Teilnehmer bitte vorab bei Sabine-Neufischer-Fröschle melden.

Telefon: 0178 284 3086

### **Donnerstag – Yoga 5 Termine**

Beginn: 4. August 2022 - 1. September 2022 18.30 Uhr – 19.45 Uhr

Info: Brigitte Hübner 0163 1617 623

Übungsleiterin: Alena Schwab Handy: 0176 3429 5496

### **Freitag – Funktionelle Fitness**

19.00 Uhr - 20.00 Uhr - bei Regen in der Wolfer Sporthalle

Isabel Steinbach Handy: 0160 3838 855

### **Im Hohenheimer Park vor dem Spielhaus - das Angebot der Stadt Stuttgart Stuttgart bewegt sich**

#### **Rückenfit**

Donnerstags 9.30 – 10.30 Uhr - bis Ende September

Birgt Rockenstein

#### **Fitness**

Freitags 18.00 – 19.00 Uhr – bis Ende September

Isabel Steinbach