

Informationen über den Sportbetrieb: Renate Wiedemer
Tel. 07751 7504 / E-Mail: sport@tv-dogern.de

Trainingszeiten der **Sparte Fitness** des TV Dogern **gültig ab 04.03.24**

<u>Tag / Uhrzeit</u>	<u>Angebot / Starttermin</u>	<u>Ort</u>	<u>Übungsleiter/Anmeldung</u>
----------------------	------------------------------	------------	-------------------------------

Dienstag:

09.00 - 10.00	Cardio und Pilates (w/m) Start ab 27.02.24	Bühne	Evi Joachim-Schellbach Anmeldung bitte schriftl. an Evelyn.Joachim-Schellbach@tv-dogern.de
10.30 - 11.30	Taiji Qi-Gong – 18 Harmonische Bewegungen (w/m) Start ab 05.03.24	Bühne	Boguslawka Agnes Stelmach Anmeldung bitte schriftl. an b.stelmach@tv-dogern.de oder 07753 978530

Mittwoch:

18.45 – 20.00	Pilates, Faszien-Training und Tanz mit abschl. Entspannung (w/m) Start ab 27.03.24 (Start verschoben, da die Bühne am 20.03.24 belegt ist)	Bühne	Christine Freitag Anmeldung bitte an Tel. 0172 9149766 oder per Mail an christine.freitag.letsdance@web.de
20.00 – 21.00	Pilates, Jazz Dance und New Dance (w/m) Start ab 27.03.24 (Start verschoben, da die Bühne am 20.03.24 belegt ist)	Bühne	Christine Freitag Anmeldung bitte an Tel. 0172 9149766 oder per Mail an christine.freitag.letsdance@web.de

Donnerstag:

09.00 - 10.00	Wandpilates und Stretching (w/m) Start ab 29.02.24	Bühne	Evi Joachim-Schellbach Anmeldung bitte schriftl. an Evelyn.Joachim-Schellbach@tv-dogern.de
---------------	--	-------	--

Eine Teilnahme an diesen Angeboten erfordert eine automatisch endende, halbjährliche Mitgliedschaft im TV in der Sparte Fitness.

Bitte Anmeldung (im Voraus) direkt bei den jeweiligen Übungsleitern.