



Weitere Infos unter: [tsvtrudering.de](http://tsvtrudering.de)

# Fitness & Gymnastik

## TSV Trudering

### FIT IM SOMMER!

#### Unser Sommerferienstundenplan

##### vormittags 09:30 – 10:30 Uhr

Freitag,	02.08.	Cardio Pilates mit Martina
Freitag,	09.08.	Pilates mit Martina
Freitag,	16.08.	MixedWorkout mit Sofia
Freitag,	23.08.	VinyasaFlow Yoga mit Steffi
Freitag,	30.08.	Cardio Pilates mit Martina
Freitag,	06.09.	Pilates mit Martina

##### abends 18:30 – 19:30 Uhr

Dienstag,	30.07.	FatBurner mit Andrea
Donnerstag,	01.08.	SummerEnergyDance mit Franzi
Dienstag,	06.08.	NordicWalking mit Martina
Donnerstag,	08.08.	SummerEnergyDance mit Franzi
Dienstag,	13.08.	VinyasaFlow Yoga mit Steffi
Donnerstag,	20.08.	FatBurner mit Andrea
Dienstag,	22.08.	MixedWorkout mit Sofia
Donnerstag,	27.08.	FatBurner mit Andrea
Dienstag,	29.08.	MixedWorkout mit Sofia
Donnerstag,	03.09.	FatBurner mit Andrea
Dienstag,	05.09.	SummerEnergyDance mit Franzi

Bitte  
eigene Matte  
mitbringen!



**Treffpunkt: frei.raum, Feldbergstraße 63**  
**Bei schlechtem Wetter entfällt das Training.**