

# TSG Fechenheim 1860 e. V. - Unser Angebot aus dem Bereich der Trendsportarten & Aerobic

Stand: 15.12.2018

Sportart	Tag	Uhrzeit	Ort	Trainer
Step-Aerobic	Mo.	09:00-10:00	Spiegelsaal	Sylvia Beise
Bauch Beine & Po (BBP)	Mo.	10:00-11:00	Spiegelsaal	Sylvia Beise
Jumping Fitness	Mo.	17:00-18:00	Spiegelsaal	Biljana Holstein
Functional-Training	Mo.	18:30-19:30	Hafenpark/EZB	Thomas Eggert
Zumba (Toning + Fitness)	Mo.	18:30-19:30	Spiegelsaal	Biljana, Caterina
Yoga (für Anfänger u. Fortgeschrittene)	Mo.	19:30-21:00	Spiegelsaal	Corinna Wiedicke
Fitness-Boxen	Di.	18:45-19:45	Saal 2	Susi Eggert
Jumping Fitness	Di.	19:00-20:00	Spiegelsaal	Carmina de Filippis
Balli di Gruppo	Di.	20:00-21:00	Spiegelsaal	Giovanna & Carmina
Capoeira (für Kinder und Jugendliche)	Mi.	17:30-18:30	Saal 1	Dennis Mauer
Crosstraining	Mi.	18:00-19:00	gr. Saal	Sylvia Beise
Capoeira (Erwachsene, auch Einsteiger)	Mi.	18:30-20:00	Saal 1	Dennis Mauer
Fitnessgymnastik	Mi.	19:00-20:00	gr. Saal	Sylvia Beise
Step-Aerobic	Mi.	20:00-21:00	Spiegelsaal	Sylvia Beise
Speziell für Frauen	Do.	10:00-11:00	Spiegelsaal	Sule Aygün
Fitness-Boxen	Do.	17:30-18:30	Hafenpark/EZB	Susi Eggert
Flexi-Bar	Do.	20:00-21:00	Spiegelsaal	Giovanna De Nuccio
Yoga (für Anfänger u. Fortgeschrittene)	Fr.	10:30-12:00	Spiegelsaal	Miriam Sallwey
Capoeira (für Kinder und Jugendliche)	Fr.	17:30-18:30	Saal 1	Dennis Mauer
Jumping Fitness	Fr.	17:45-18:45	Spiegelsaal	Sylvia Beise
Capoeira (Erwachsene, auch Einsteiger)	Fr.	18:30-19:30	Saal 1	Dennis Mauer
Functional Training	Fr.	19:00-20:00	Spiegelsaal	Thomas Eggert
Balli di Gruppo	Fr.	19:30-20:30	Saal 2	Giovanna & Carmina
Bootcamp	So.	08:00-09:00	n.V. per E-Mail an <a href="mailto:info@tsg-fechenheim.de">info@tsg-fechenheim.de</a>	Sylvia Beise