

# Turn- und Sportverein Täferlingen e.V.

- Abteilung Gymnastik –



**Montag**      19-20.00 Uhr      **Ganzkörper- und Koordinationstraining** (Steppern, Hanteln, Tubes usw.) mit **Ilona / Margit**

**Dienstag**      18-19.00 Uhr      **Rücken- und Koordinationstraining** für Junggebliebene ab 50 und natürliche für alle, die sich fit halten wollen mit **Marion / Manuel / Jutta**

**Dienstag**      19-20.00 Uhr      **Yoga** mit Hedi

**Donnerstag**      19-20.00 Uhr      **Bodyworkout** mit **Renate**

***Für unsere kids im Angebotsbereich am Freitag in der Turnhalle der GS Täferlingen:***

**Freitag**      14-16.00 Uhr      **Kinderturnen**, 6 bis 12 Jahre mit **Benny/Holger**

**Freitag**      16-16.45 Uhr      **Eltern- Kindturnen**, 2 ½ bis 5 Jahre mit **Holger**