



GYMNASTIK

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
TriYoga® @ 09:00 – 09:45 Uhr Gymnastikraum 1 Sylvia Haas ☀️	Mobility Workout @ 08:00 – 09:00 Uhr Gymnastikraum 1 Stefanie Rein ❤️	Fit in den Tag @ 08:45 – 09:45 Uhr Gymnastikraum 1 Ute Wintz ❤️ ●		
Pilates @ 09:50 – 10:35 Uhr Gymnastikraum 1 Sylvia Haas ☀️				
❤️ Ausdauer/HerzKreislauftraining ● Kräftigungsstunde ☀️ Gesundheitsstunde @ ONLINE Anmeldung erforderlich				
	Cool Dance (6-11) @ 16:00 – 16:45 Uhr Tölzer Sporthalle Susanne Wiegele ❤️	Hockergymnastik 14:00 – 15:00 Uhr Gymnastikraum 1+2 Ulrike Bomhard ☀️	Gesundheitsgymnastik 16:00 – 17:00 Uhr @ Gymnastikraum Elena Hager ☀️ ●	Functional Power Workout 17:00 – 18:00 Uhr @ Gymnastikraum Kathrin Weller ● ❤️
	Zumba Teens® @ (ab 12) 17:00 – 18:00 Uhr Gymnastikraum 1 / Susanne Wiegele ❤️			Fit von Kopf bis Fuß @ 18:00 – 19:00 Uhr Gymnastikraum Birgit Beck ❤️
Step @ 18:30 – 19:00 Uhr Gymnastikraum 1+2 Martina Rizzi ❤️	Rücken & Faszien @ 18:00 – 19:00 Uhr Gymnastikraum 1 Elisabeth Kandlbinder ☀️ ●	Workout @ 19:00 – 20:00 Uhr Tölzer Sporthalle Monika Sourek ●	PowerVit @ 18:15 – 19:15 Uhr Gymnastikraum 1+2 Martina Rizzi	
Bodyshape @ 19:00 – 20:00 Uhr Gymnastikraum 1+2 Martina Rizzi ● ❤️	Fitnessstraining + Volleyball @ 19:30 – 20:30 Uhr Gymnasiumshalle Carmen Aringer/ Ina Schmidt-Strigl ●	Zumba® @ 20:00 – 21:00 Uhr Lettenholz Andrea Fischhaber ❤️		SAMSTAG @ Afro Dance 09:00 – 10:00 Uhr Gymnastikraum Mary Fischhaber ❤️ ☀️



TV BAD TÖLZ 1866 SPORT ERLEBEN.