



Turnverein Körperich e.V.

Trainingsangebote des Turnvereins

Körperichs ab dem 26.09.2022

Montag

- 15:00 - 16:00 Uhr Kinderturnen (ab 4 Jahre)
- 16:15 - 17:15 Uhr Kinderturnen (Vorschulkinder und 1. Schuljahr)
- NEU! 19:30 - 20:30 Uhr Kursangebot für Erwachsene im 6-Wochen-Rhythmus
1. Thema: Alte und neue Ballsportarten (Volleyball, Völkerball, Spikeball, Brennball o.ä.)***

Dienstag

- 18:00 - 20:00 Uhr Selbstverteidigung (9 bis 99 Jahre)

Mittwoch

- 16:00 - 17:00 Uhr Eltern-Kind-Turnen (ab Laufalter bis zum vollendeten 3.Lebensjahr)
- 19:30 - 20:30 Uhr (Step-) Aerobic **NEUE UHRZEIT!**

Donnerstag

- 19:00 - 20:30 Uhr Fit & in Form **NEUER TAG!**

Freitag

- 16:30 - 17:30 Uhr Kinderturnen (Kinder ab dem 2. Schuljahr)
- 19:00 - 20:00 Uhr Full Body Workout (Tabata, HIT, Le Parcour etc.)

*Das 6-Wochen-Angebot ist für Mitglieder des Turnvereins kostenfrei. Nichtmitglieder dürfen nach vorheriger Anmeldung „Schnuppern“ kommen und müssen bei Einschreibung in den Kurs den jeweiligen Kursbetrag bezahlen.

Infos und Kontakt: turnvereinkoerperich@web.de

Judith Sauerwein-Kolf: +352 661 890 610

Uschi Ziwes: 06566 933 098

Chiara Bormann: +49 151 46530804