

Das Angebot des TV 1994 Langenlonsheim e.V.:



Stand Sep 2020

Wochentag/Zeit	Titel des Angebotes		akt. Stand	Ort	Übungsleiter	Kontakt
Montag:						
16:00-17:00 Uhr	Fit durch Tanz (Frauen, auch als Kurs)		läuft	TV Halle Lalo	Marion Koch	06704 2712
18:30-20:00 Uhr	Nordic Walking (April-Sept. auch als Kurs)		bis Ende Sep	Parkplatz Forsthaus	Siegbert Reißner	06704 1891
19:00-20:00 Uhr	KAHA (auch als Kurs)		läuft	TV Halle Lalo	Marion Koch	06704 2712
Dienstag:						
9:00-10:00 Uhr	Haltung/Bewegung d. Ganzkörpertraining (auch als Kurs)		läuft	TV Halle Lalo	Barbara Reißner	06704 1891
10:15-11:15 Uhr	Faszio (auch als Kurs)		läuft	TV Halle Lalo	Barbara Reißner	06704 1891
18:00-19:00 Uhr	Power and Fun for Girls (13-17 Jahre)		läuft	TV Halle Lalo	Sonja Pulcher	0671 44389
20:00-21:00 Uhr	Modernes Ganzkörpertraining (Frauen und Männer)		läuft	TV Halle Lalo	Elke Rausch	0176-24450328
Mittwoch:						
9:30-10:30 Uhr	KAHA (auch als Kurs)		läuft	TV Halle Lalo	Marion Koch	06704 2712
16:00-17:00 Uhr	Fit bis ins hohe Alter (Frauen und Männer)		läuft	TV Halle Lalo	Marion Koch	06704 2712
17:15-18:15 Uhr	Training in Eigenverantwortung		läuft	TV Halle Lalo	H. J. Roos	06703 3399
19:00-20:00 Uhr	Frauengymnastik		läuft	TV Halle Lalo	Barbara Reißner	06704 1891
Donnerstag:						
9:00-10:00 Uhr	Nordic Walking (ganzjährig)		läuft	Parkplatz Forsthaus	Barbara Reißner Christel Hempel	06704 1891
16:00-17:00 Uhr	Leichtathletik (7-9 Jahre)		läuft	Sporthalle/im Freien	Barbara Reißner	06704 1891
17:00-18:30 Uhr	Leichtathletik (ab 10 Jahre)		läuft	Sporthalle/im Freien	Sandra oder Barbara Reißner	06704 1891
17:30-18:30 Uhr	Haltung u. Bewegung durch Ganzkörpertraining		läuft	TV Halle Lalo	Barbara oder Siegbert Reißner	06704 1891
18:45-19:45 Uhr	Faszio (nur Okt.-März, auch als Kurs)		ab 01.10.2020	TV Halle Lalo	Barbara Reißner	06704 1891
19:00-20:00 Uhr	Nordic Walking (April-Sept.)		bis Ende Sep	Parkplatz Forsthaus	Barbara und Siegbert Reißner	06704 1891
Freitag:						
15:00-16:00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen		evtl. ab Okt.	Schulsporthalle	Ina Fritz	06704 962697
16:00-17:00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen		evtl. ab Okt.	Schulsporthalle	Ina Fritz	06704 962697
15:00-16:00 Uhr	Kinderturnen (4-6 Jahre)		evtl. ab Okt.	Schulsporthalle	Sonja Pulcher	0671 44389
16:00-17:00 Uhr	Kinderturnen (ab 7 Jahre)		evtl. ab Okt.	Schulsporthalle	Sonja Pulcher	0671 44389
19:00-20:00 Uhr	Freizeitsportler (Männer)		läuft	TV Halle Lalo	Marion Pöhlmann-Münc	06704 511004
Sonntag:						
10:00-11:00 Uhr	Functional Workout Mix mit Fitness-Geräten		läuft	TV Halle Lalo	Johannes Roos	06703 3399

Weitere Informationen: Tel 06704 960008; 06704 1891; 06703 3399 oder Homepage www.tv-lalo.de