

Sommerpausen TV Langenlonsheim 2024

		Letzter	Erster
		Trainingstag	Trainingstag
Montag:			
	Fit durch Tanz	keine Pause	
	Nordic Walking	24.06.2024	15.07.2024
	KAHA	keine Pause	
Dienstag:			
	Haltung/Bewegung d. Ganzkörperkräftigung	25.06.2024	06.08.2024
	Faszio	25.06.2024	06.08.2024
	Eltern-Kind-Turnen 1 und 2	23.07.2024	27.08.2024
	Haltung/Bewegung d. Ganzkörperkräftigung	25.06.2024	06.08.2024
	Modernes Ganzkörpertraining	30.07.2024	03.09.2024
Mittwoch:			
	KAHA / Schwungvoll in den Tag	keine Pause	
	Trittsicher durchs Leben	keine Pause	
	Gesundheitsorientiertes Training an Geräten unter Anleitung	keine Pause, teils ohne ÜL	
	Fit und Mobil für Frauen	26.06.2024	07.08.2024
Donnerstag:			
	Nordic Walking am Morgen	keine Pause	
	Leichtathletik	11.07.2024	29.08.2024
	LaLollipops	11.07.2024	29.08.2024
	Nordic Walking	27.06.2024	18.07.2024
Freitag:			
	Kinderturnen (Realschulhalle geschlossen)	29.06.2024	30.08.2024
	Fitness für Männer	28.06.2024	02.08.2024
Sonntag:			
	Functional Workout Mix mit Fitness-Geräten	14.07.2024	fällt aus
		18.08.2024	08.09.2024

Stand 14.6.2024