

## Angebot TV07 für Erwachsene (Spätsommer 2019)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Vormittag			Präventive Wirbelsäulengymnastik (9 bis 10 Uhr) Bürgerhaus Hausen	Damen- Gymnastik Gruppe 1+2 Volkshalle (9.30 bis 11.30 Uhr)			Sportabzeichen- Training (10 bis 12 Uhr) Sportplatz
Nachmittag					Tanzen „Just Mixery“ (17 bis 18 Uhr) Volkshalle	Lauftreff (17 Uhr) TV07-Hütte am Sportplatz	
18.00 Uhr	Tauchen/Theorie (18 bis 19 Uhr, alle zwei Wochen) Schiffenbergstr. 28, Garbenteich		Schwimmtraining für Einsteiger und Fortgeschrittene (18 bis 19 Uhr) Schwimmbad				
18.30 Uhr	Volleyball (18.30 bis 20.30 Uhr), ARS	Faszien-Fitness (18.30 bis 19.30 Uhr), Kulturelle Mitte Holzheim					
19.00 Uhr	Bauch-Beine-Po- Aerobic (18.45 bis 20 Uhr) ARS	Masters – Schwimmtraining (19 bis 20 Uhr) Schwimmbad	Lauftreff (19 Uhr) Start: Brunnenplatz/Zur Aue		Masters – Schwimmtraining (19 bis 20 Uhr) Schwimmbad		
19.30 Uhr	Tauchen (19.30 bis 21.00) Schwimmbad	G.U.T. (19.30 bis 20.45 Uhr) Volkshalle		Linedance (19.30 bis 22 Uhr) Fernwald, Hessischer Hof			
20.00 Uhr	Gymnastik ARS (20.15 bis 21.15 Uhr)			Step-Aerobic-Mix (20 bis 21.30 Uhr) Volkshalle  Yoga (20 bis 21 Uhr, Kulturelle Mitte Holzheim)			
20.30 Uhr	BodyFit ARS (20.30-21.30 Uhr)						

Alle Infos gibt es auf [www.turnverein07.de](http://www.turnverein07.de)