

# TuS Derschlag - Turnen

## Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>15:00-16:30 Uhr</b> <b>Turnen im Grundschulalter</b> <b>(für Kinder von 6-10Jahre)</b> Turnhalle Astrid Lindgren Grundschule			<b>15:00-16:30 Uhr</b> <b>Eltern-Kind-Turnen</b> Turnhalle Astrid Lindgren Grundschule	
			<b>16:50-18:20</b> <b>Kundalini-Yoga</b> Turnhalle Astrid Lindgren Grundschule	
<b>!!!NEU!!! ab 07.08.2023</b> <b>17:15-18:15 Uhr</b> <b>Zumba für Teens</b> <b>(von 12-17 Jahre)</b> Turnhalle Astrid Lindgren Grundschule				<b>17:30-19:00 Uhr</b> <b>Fitness für Senioren</b> Turnhalle Astrid Lindgren Grundschule
<b>18:15-19:45 Uhr</b> <b>Rückenfit</b> Turnhalle Astrid Lindgren Grundschule				
		<b>18:30- 19:30 Uhr</b> <b>Power Pilates</b> Turnhalle Astrid Lindgren Grundschule		
<b>19:00-20:00 Uhr</b> <b>Zumba</b> Turnhalle Gesamtschule Derschlag	<b>19:00-20:00 Uhr</b> <b>Fitness und Aerobic</b> Turnhalle Astrid Lindgren Grundschule			<b>19:00-20:00 Uhr</b> <b>HIIT</b> Turnhalle Astrid Lindgren Grundschule
		<b>19:30-20:30</b> <b>Hatha-Yoga</b> Turnhalle Astrid Lindgren Grundschule		
	<b>20:15-21:15 Uhr</b> <b>Fitness und Aerobic</b> Turnhalle Astrid Lindgren Grundschule			