

!!! Neuer Kursbeginn im Gesundheitssport !!!

Alle Kurse finden im 1. und 2. OG des TG-Turms, Eleker Str. 3, statt.

Eine **Anmeldung ist erforderlich** über **online-Buchung auf der TG-Homepage - Kurse kostenpflichtig - Gesundheitssport** oder über **fitness@tg-laudenbach.de** oder **Tel.: 015752907480** (I. Reschke) oder direkt bei den Übungsleiterinnen.

Sonja Kohler

Bewegen statt schonen Di 08:30 - 10:00 Uhr ab 10. Feb. 2026

Sabine Ploetz

Wirbelsäulengym. Kraft I Mo 17:00 - 18:00 Uhr Ende Feb. 2026

Wirbelsäulengym. Kraft II Mo 18:15 - 19:15 Uhr Ende Feb. 2026

Birgit Kreß Tel.: 71522 birgit@gummibaeren-shop.de

Senioren fit durchs Jahr Di 17:30 - 18:30 Uhr ab 13. Jan. 2026

Martina Borchert Tel.: 01602320204 info@coachigong.de

Qigong Mo 19:30 - 20:45 Uhr ab 05. Jan. 2026

Carina Buchner

CoreDrumming Di 18:45 - 19:45 Uhr ab 27. Jan. 2026
(ausgebucht)

Franzi Schmitt/ Yvonne Herzog

Body Fit Fr 09:15 - 10:30 Uhr Dauerangebot

Antonia Knust Tel.: 4709003

Full Body Mi 18:30 - 19:30 Uhr Dauerangebot