

!!! 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 02. Sept. 2025

Sabine Ploetz

Wirbelsäulengym. Kraft I Mo 17:00 - 18:00 Uhr ab 22. Sept. 2025

Wirbelsäulengym. Kraft II Mo 18:15 - 19:15 Uhr ab 22. Sept. 2025

Birgit Kreß

Tel.: 71522

birgit@gummibaeren-shop.de

Senioren fit durchs Jahr Di 17:30 - 18:30 Uhr ab 02. Sept. 2025

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

