

Angebote Fitness und Gesundheit TV 1862 Langen e.V.

Eure Ansprechpartner*innen im Verein: Anja Haberkorn und Lars Hauser - Bitte meldet euch zu den Gold- und Silberangeboten über info@tv1862-langen.de an.
Gerne könnt Ihr uns auch zu den Geschäftszeiten telefonisch kontaktieren!

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Trainingsstätten
Gymnastik (Frauen) 10:30 bis 11:30 Uhr Großer Saal Elvira Knatz	Wirbelsäule 11:00 bis 12:00 Uhr Großer Saal Elvira Knatz	Sport bei Diabetes 8:45 bis 9:45 Uhr Großer Saal Nicole Tarulli	Gymnastik 9:30 bis 10:30 Uhr Großer Saal Nicole Tarulli	Indoor Cycling 8:00 bis 9:00 Uhr Kleiner Saal Anja Haberkorn	Großer Saal, Kleiner Saal, Jugendraum Friedrich-Ludwig-Jahn-Platz 1
Langhantel-Training 18:00 bis 19:00 Uhr Jugendraum Anja Haberkorn	Functional Training 19:00 bis 20:00 Uhr Jugendraum Lars Hauser	Gymnastik (Frauen) 10:00 bis 11:00 Uhr Großer Saal Roswitha Jonen	Stuhlgymnastik 11:30 bis 12:30 Uhr Großer Saal Nicole Tarulli	Osteoporose 11:00 bis 12:00 Uhr Großer Saal Elvira Knatz	Hallenbad Südliche Ringstraße 75
Indoor Cycling 18:45 bis 19:45 Uhr Kleiner Saal Silke Anthes	Gymnastik (Frauen) 19:30 bis 20:30 Uhr Großer Saal Anke Herth	Fitness Mix 11:00 bis 12:00 Uhr Großer Saal Kristin Schneider	Wassergymnastik 14:00 bis 15:00 Uhr Hallenbad Janine Wendland	Rückengymnastik 17:30 bis 18:30 Uhr Großer Saal Anke Herth	Albert Schweitzer Schule Berliner Allee 35
Bauchkiller 19:00 bis 19:30 Uhr Jugendraum Anja Haberkorn		Faszientraining 17:30 bis 18:00 Jugendraum Anja Haberkorn	Aquagymnastik 1 18:00 bis 19:00 Uhr Hallenbad Elvira Knatz	Sport pro Gesundheit 18:00 bis 20:00 Uhr Albert-Schweitzer-Schule Harald Thome	Georg-Sehring-Halle Berliner Allee 91
4x4 19:00 bis 20:00 Uhr Kraftraum 2 GSH Carsten Schmidt		Langhantel-Training 18:00 bis 19:00 Uhr Jugendraum Anja Haberkorn	Aquagymnastik 2 19:00 bis 20:00 Uhr Hallenbad Elvira Knatz	Indoor Cycling 18:30 bis 19:30 Uhr Kleiner Saal Silke Anthes	Stand 25.11.2022
Selbstverteidigung ab 14 J. 18:30 bis 20:00 Uhr ASS Diane		Indoor Cycling 18:15 bis 19:15 Uhr Kleiner Saal Christina Serafim-Müller	Mach mit - bleib fit 20:00 bis 21:00 Uhr Großer Saal Anke Herth		
Intensive Yoga 19:30 bis 20:30 Uhr Jugendraum Anja Haberkorn		Rücken und Bauch 19:00 bis 20:00 Uhr Jugendraum Anja Haberkorn	Fitnessstraining 20:00 bis 21:30 Uhr Albert Schweitzer Schule Sylvia Liersch		
		Gymnastik (Frauen) 20:00 bis 21:00 Uhr Großer Saal Anke Herth			
		Hatha Yoga 20:15 bis 21:45 Uhr Jugendraum Nicole Venzara			
Montag und Mittwoch Senior*innen Fitnesszirkel 9:00 bis 11:00 Uhr (Mo) 9:00 bis 10:00 Uhr (Mi) Kleiner Saal Lars Hauser Nur nach vorheriger Terminvereinbarung möglich!					
					Präventionskurse Gold Silber Bronze