



# Kursplan TSV Daxlanden Erwachsene

gültig ab Oktober 2018

| Zeit  | MONTAG                                  |  | DIENSTAG                         | MITTWOCH                      | DONNERSTAG                          |                                     | FREITAG                                 |
|-------|---|--|----------------------------------|-------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|---|
|       | GS Daxlanden                            | Turnhalle Adam-Remmele                           | GS Daxlanden                     | GS Daxlanden                  | GS Daxlanden                        | Sonstige                            |   |
| 16:00 |   |  |                                  |                               | 16:00 – 17:00<br>EVERGREENS         |                                     |   |
| 16:30 |   |  |                                  |                               | auch für Nichtmitglieder            |                                     |   |
| 17:00 |   |  |                                  |                               |                                     |                                     | ab 17:00<br>FREIZEITFUSSBALL            |
| 17:30 |   |  |                                  |                               |                                     |                                     | Rasengelände des Vereinsheims TSV-Daxl. |
| 18:00 | 18.00-19.00<br>BAUCH BEINE PO           |  |                                  | 18:00-19:00<br>PILATES        | 18:00 bis 19:00<br>LEICHTATHLETIK V | 18:00 bis 19:00<br>LEICHTATHLETIK V |   |
| 18:30 | auch für Nichtmitglieder                |  |                                  | auch für Nichtmitglieder      | Nur im Winter!                      | Erwachsene m/w<br>Freigelände TSV   |   |
| 19:00 | 19.00 bis 20:00<br>ZUMBA                | 19:00 bis 20:00<br>RUNDUM FIT & STRETCH - Frauen | 19:00 bis 20:00<br>CROSSFIT<br>  | 19:00 bis 20:00<br>RÜCKENFIT  | 19:00 bis 20:00<br>FIT MIT STEP     | 19:00 bis 20:30<br>TAIJIQUAN        |   |
| 19:30 | auch für Nichtmitglieder                | auch für Nichtmitglieder                         | auch für Nichtmitglieder         | auch für Nichtmitglieder      | auch für Nichtmitglieder            | Friedrich-Ebert-Schule              |   |
| 20:00 | 20:00 bis 21:00<br>RÜCKEN-FIT mit SPASS | 20:15 bis 21:45<br>JEDERMÄNNER II                | 20:00 bis 20:30<br>Rücken plus   | 20:00 bis 21:45<br>VOLLEYBALL | 20:00 bis 21:00<br>JEDERMÄNNER I    | auch für Nichtmitglieder            |   |
| 20:30 | nur für Frauen                          | nur für Männer                                   | 20:30 bis 21:00<br>Relax & Mobil | Frauen und Männer             | nur für Männer                      |                                     |   |
| 21:00 | auch für Nichtmitglieder                |  | auch für Nichtmitglieder         |                               |                                     |                                     |   |
| 21:30 |   |  |                                  |                               |                                     |                                     |   |
| 22:00 |   |  |                                  |                               |                                     |                                     |   |

**Infos und Anmeldung bei der Geschäftsstelle des TSV Daxlanden:**  
 Tel 0721 - 504 25 20 (AB) – email: [info@tsv-daxlanden.de](mailto:info@tsv-daxlanden.de) - homepage: [www.tsv-daxlanden.de](http://www.tsv-daxlanden.de)