

GroupFitness



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag		
Vormittag	Moderates Ganzkörpertraining 08.30 - 09.30 Uhr TurnVilla	Sanftes Ganzkörpertraining - in Anlehnung an Pilates 09.00 - 10.00 Uhr TurnVilla Sanftes Ganzkörpertraining - in Anlehnung an Pilates 10.10 - 11.10 Uhr TurnVilla	Fitness für Frauen 09.00 - 10.00 Uhr TurnVilla	Fit ab 60 für Frauen 08.30 - 09.30 Uhr TurnVilla	Hoop-Fit-Mix 08.30 - 09.30 Uhr Tennisverein Indian Balance meets Faszien 09.00 - 10.00 Uhr TurnVilla	Yoga 09.00 - 10.30 Uhr TurnVilla Faszientraining 10.00 - 11.00 Uhr TurnVilla Fit ins Wochenende 16.30 - 17.30 Uhr TurnVilla FitMix für Teens 13 - 17 Jahre 17.45 - 18.45 Uhr Tennisveren		
Nachmittag / Abend	Fitness für Frauen 17.45 - 18.45 Uhr TurnVilla	Step -Aerobic 17.45 - 18.45 Uhr Tennisverein	Fit ab 70 14.15 - 15.15 Uhr TurnVilla	Yoga 15.30 - 17.00 Uhr TurnVilla	Yoga 17.00 - 18.30 Uhr TurnVilla	Fatburner 18.00 - 19.00 Uhr TurnVilla	Tôsô X 12.00 - 13.00 Uhr TurnVilla	
	Body-Styling 19.00 - 20.00 Uhr Gr. Diemshoff	Tôsô X 19.00 - 20.00 Uhr Tennisverein	Sling Training 17.30 - 18.30 Uhr Kraftwerk	Indoor Cycling 18.00 - 19.00 Uhr Tennisverein	Fitness für Frauen 16.45 - 17.45 Uhr TurnVilla	Rücken-Fit 17.30 - 18.30 Uhr TurnVilla	Indoor Cycling 18.00 - 19.00 Uhr Tennisverein	Zumba® 18.00 - 19.00 Uhr TurnVilla
	Fitness für Frauen 19.00 - 20.00 Uhr TurnVilla	Body Fitness für Sie und Ihn 19.00 - 20.00 Uhr Paul-Gerhardt-Halle	Sling Training 19.00 - 20.00 Uhr Kraftwerk	Indoor Cycling 19.00 - 20.00 Uhr Tennisverein	After Work Fit Mix 18.00 - 19.00 Uhr Tennisverein	Free-Athletics 18.00 - 19.00 Uhr TurnVilla/Tretwerk	Sling Training 18.00 - 19.00 Uhr Kraftwerk	Indoor Cycling 19.00 - 20.00 Uhr Tennisverein
	Fitness Workout für Männer 19.00 - 20.30 Uhr Johanneshalle	Fitness für Männer ab 40 20.15 - 21.15 Uhr TurnVilla	FitBo & Tôsô X Anfänger 19.00 - 20.00 Uhr TurnVilla FitBo-Fitnessboxen 20.00 - 21.00 Uhr TurnVilla	Kickboxen 19.00 - 20.30 Uhr TurnVilla	Faszientraining 18.00 - 19.00 Uhr TurnVilla	Tôsô X 18.15 - 19.15 Uhr TurnVilla	Step-Aerobic 19.00 - 20.00 Uhr TurnVilla	Fit und Gesund für Männer ab 60 19.15 - 20.15 Uhr TurnVilla
			Free-Athletics 19.00 - 20.00 Uhr TurnVilla/Tretwerk	Hula Hoop 19.15 - 20.00 Uhr Tennisverein	Fit ab 50 - für Frauen 19.00 - 20.00 Uhr TurnVilla			
			Fit ab 30 - für Frauen 20.00 - 21.00 Uhr TurnVilla	Fitness und Ball-sport für Männer 19.30 - 21.00 Uhr Turnhalle Hollingen				

Beitrag pro Monat:



TV EMSDETTEN
...der sportive Stadtteil!

GroupFitness					
Die regelmäßigen Angebote dieser Sparte finden nicht in den Schulferien statt. Entsprechende Feriensportprogramme können je nach Verfügbarkeit kostenlos genutzt werden.					
Angebot findet 1 x die Woche statt		Angebot findet 2 x die Woche statt		Angebot findet 2 x die Woche statt	
Dauer: 45 Minuten	14,00 €	Dauer: zwei Mal 45 Minuten	21,50 €	Dauer: 45 Min. & 60 Min.	26,50 €
Dauer: 60 Minuten	17,50 €	Dauer: zwei Mal 60 Minuten	29,50 €	Dauer: 45 Min. & 90 Min.	33,50 €
Dauer: 90 Minuten	24,50 €	Dauer: zwei Mal 90 Minuten	42,50 €	Dauer: 60 Min. & 90 Min.	36,50 €

FitBo / Tôsô X	24,00 €	Free-Athletics	23,50 €
----------------	---------	----------------	---------

Einmalige Aufnahmegebühr	10,00 €
--------------------------	---------

In dem hier aufgeführten monatlichen Beitrag ist der Grundbeitrag für Erwachsene, des TVE enthalten.

Hinweis: Bei einer bestehenden Mitgliedschaft in mehreren Sparten, des TVE, einem ermäßigten Beitrag oder einer Familienmitgliedschaft ändert sich der Grundbeitrag. Bei Fragen zur Beitragsgestaltung wenden Sie sich an die TVE Geschäftsstelle.

Kontaktdaten und Anmeldung unter:

Turnverein Emsdetten 1898 e.V.
Kolpingstraße 2
48282 Emsdetten
info@tvemsdetten.de
www.tvemsdetten.de
Tel. 02572/8773660

Du möchtest mehr
Informationen zu den
einzelnen Angeboten haben?



SCAN ME

