

TV Nieder-Olm – unser Sportangebot im Überblick

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
Fit bis ins hohe Alter 9.30 bis 10.30 Uhr Heinz-Kerz-Gymnastikhalle	Nordic Walking Treff Winter 9.00 Uhr Treff Oppenheimer Str. unter d. Eisenbahnbrücke	Eltern Fit 16.30 bis 17.30 Uhr Liesel-Metten-Schule	Herzgesund im Leben stehen (ab 05.03.20) 10.00 bis 11.00 Uhr Heinz-Kerz-Gymnastikhalle	Fit und Gesund am Morgen 9.30 bis 10.30 Uhr Heinz-Kerz-Halle	Fun Train – Indoor functional Training 10.00 bis 11.00 Uhr Heinz-Kerz-Gymnastikhalle
Golden Age Fitness (GAF) 10.30 bis 11.30 Heinz-Kerz-Gymnastikhalle	Gelenkschule 9.45 bis 10.45 Heinz-Kerz-Halle	Pilates meets Yoga 18.00 bis 19.30 Uhr Liesel-Metten-Schule	Rücken-Fitness 60plus 16.50 bis 17.50 Uhr Liesel Metten Schule		
Aerobic 17.30 bis 18.30 Liesel-Metten-Schule	Rücken-Fitness 18.15 bis 19.30 Uhr Liesel-Metten-Schule	Sportabzeichen Treff Mitte Mai bis Oktober 18.00 bis 19.30 Sportplatz am Engelborn	Power Fitness 18.30 bis 19.45 Uhr Liesel-Metten-Schule		
Stretch and Dance 18.15 bis 19.30 Uhr Heinz-Kerz-Gymnastikhalle	Zumba Gold 18.45 bis 19.45 Uhr Heinz-Kerz-Halle	Lauftreff 18.30 bis 20.00 Uhr Sportplatz am Engelborn	Indiaca 18.30 -20.00 Heinz-Kerz-Gymnastikhalle		
Pilates 18.30 bis 19.30 Uhr Liesel-Metten-Schule	Outdoor-Fitness (ab 21.04.20) 19.00 bis 20.150 vor der Heinz-Kerz-Halle	Badminton Hobbies 18.30 bis 20.30 Uhr Heinz-Kerz-Halle	Skigymnastik 20.00 bis 21.00 Uhr Neue Gymnasiumhalle		
Zumba Fitness 19.45 bis 20.45 Heinz-Kerz-Gymnastikhalle	Indiaca 19.30 bis 21.40 Selztalschule	Radtreff sportiv/Radtreff (ab April 2020) gemütlich 18.30 Uhr Parkplatz IGS	Hatha Yoga 20.00 bis 21.30 Uhr Heinz-Kerz-Gymnastikhalle		
Fit in den Winter Outdoor meets Indoor 20.00 bis 21.00 Uhr Liesel-Metten-Schule	Herzfit 19.30 bis 21.00 Uhr Liesel-Metten-Schule	Bodyfit 19.45 bis 21.00 Uhr Liesel-Metten-Schule			
	Winter-Tabatas (bis 07.04.20) 20.00 bis 21.00 Uhr Heinz-Kerz-Gymnastikhalle	Handball Damen II in (Un)Ruhestand rund um den Ball 20.00 bis 21.30 Uhr IGS			
		Freizeitsportgruppe 20.30 bis 22.00 Uhr Heinz-Kerz-Halle			

Legende:

Kurse

Kurse sind gebührenpflichtig; Anmeldung erforderlich!
Infos zu den Kursen auf der Homepage unter:
www.tv-nieder-olm.de

Trainingsangebote

Für TV Mitglieder kostenlos; auch hier weitere Infos auf
der Homepage unter: www.tv-nieder-olm.de



Stand: Februar 2020