



ONLINE-Trainingsplan

Freizeitsport Hollywood / TSV Heusenstamm



Angebot	Tag	Uhrzeit	TSV Raum	Alter	Trainer
Fit@Home	Mittwoch	10:00 – 11:00	ONLINE via Zoom	Erwachsene	Carina Tigler
Zumba® Fitness	Dienstag	19:00 – 20:00	ONLINE via Zoom	Erwachsene	Sylvia Franke Teti Arndt
	Donnerstag	11:00 – 12:00	ONLINE via Zoom	Erwachsene	
Zumba® Fitness (Express)	Samstag	10:00 – 10:45	ONLINE via Zoom	Erwachsene	Sylvia Franke
Zumba® Gold	Freitag	17:00 – 18:00	ONLINE via Zoom	Erwachsene	Natascha Sipf
Fit-Cocktail	Donnerstag	20:00 – 21:00	ONLINE via Zoom	Erwachsene	Wechselnde Trainer
Fit mit Baby	Donnerstag	9:30 – 10:45 Bitte anmelden!	ONLINE via Zoom Kurs ab 12.11.20	Erwachsene mit Baby	Carina Tigler
Kids in Action- Mini Kids in Action- Mini II Kids in Action- Midi Kids in Action- Maxi	Dienstag	15:30 – 16:30	ONLINE via Zoom	Kinder 1,5-3 J.	Sylvia Franke
		15:30 – 16:30	ONLINE via Zoom	Kinder 1,5-3 J.	
		16:30 – 17:30	ONLINE via Zoom	Kinder 3-6 J.	
		16:30 – 17:30	ONLINE via Zoom	Kinder 6-12 J.	
<u>Zumba Kids</u>					
Mini	Freitag	16:00 – 17:00	ONLINE via Zoom	Kinder 4-6 J.	Natascha Sipf
Maxi	Freitag	16:00 – 17:00	ONLINE via Zoom	Kinder 7-12 J.	