

# Übungszeiten in den Herbstferien mit Henriette und Tanja

TV JAHN e.V. WALSRODE



**In der Woche vom 02. – 06.10.2017 findet kein Sport statt.**

Folgend die Sportangebote für die 2. Herbstferienwoche:

## **Montag, 09.10.2017:**

| Uhrzeit       | Angebot         | Halle                    |
|---------------|-----------------|--------------------------|
| 9:15 – 10:00  | Rehasport       | Südschule Gymnastikhalle |
| 10:15 – 11:00 | Faszientraining | Südschule Gymnastikhalle |
| 18:00 – 18:45 | Rehasport       | Halle GS am Markt        |
| 19:00 – 20:00 | Fit for Fun     | Halle GS am Markt        |

## **Dienstag, 10.10.2017:**

| Uhrzeit       | Angebot         | Halle           |
|---------------|-----------------|-----------------|
| 18:00 – 19:00 | Tabata          | Brüggemannhalle |
| 19:00 – 20:00 | Faszientraining | Brüggemannhalle |

## **Donnerstag, 12.10.2017:**

| Uhrzeit       | Angebot            | Halle                    |
|---------------|--------------------|--------------------------|
| 17:30 – 18:30 | Fitness für Frauen | Halle Vorbrück/Hellteich |
| 18:30 – 19:30 | Präventionssport   | Halle Vorbrück/Hellteich |

## **Freitag, 13.10.2017:**

| Uhrzeit       | Angebot                    | Halle           |
|---------------|----------------------------|-----------------|
| 16:30 – 17:30 | Sport i. d. Krebsnachsorge | Brüggemannhalle |

Ab dem 16. Oktober 2017 starten wir wieder mit dem gewohnten Sportprogramm.

Denkt daran, der Rehasport am Montagvormittag findet ab dem 16.10. immer in der Gymnastikhalle der Südschule, Pragerstraße, statt. Uhrzeit wie gewohnt.

Wir freuen uns auf euch!