



Herbstkurse 2021 beim TSV Laupheim!



Dieses Jahr bieten wir folgende Herbstkurse im Bereich **Fitness und Gesundheit** an:

Kursleiterin: Heike Nothhelfer (70 Minuten)

Kurs 01	Aranja-Yoga	Fr.	01.10. - 17.12.	10 x	18.15 Uhr	76,00 €
----------------	-------------	-----	-----------------	------	-----------	---------

Kursleiterin: Doris Maurus (60 Minuten)

Kurs 02	Bauch-Beine-Po-Rücken	Do.	16.09. - 16.12.	14 x	09.00 Uhr	91,00 €
Kurs 03	Bodymix	Di.	14.09. - 14.12.	14 x	18.00 Uhr	91,00 €
Kurs 04	Bodystyling - Pilates	Mi.	15.09. - 15.12.	14 x	18.00 Uhr	91,00 €
Kurs 05	Haltung u. Bewegung	Mo.	13.09. - 20.12.	14 x	17.00 Uhr	98,00 €
Kurs 06	Haltung u. Beweg. - Pilates	Mo.	13.09. - 20.12.	14 x	18.00 Uhr	98,00 €
Kurs 07	Haltung u. Bewegung	Mo.	13.09. - 20.12.	14 x	19.00 Uhr	98,00 €
Kurs 08	Haltung u. Beweg. - Pilates	Di.	14.09. - 14.12.	14 x	09.00 Uhr	98,00 €
Kurs 09	Haltung u. Beweg. - Pilates	Mi.	15.09. - 15.12.	14 x	09.00 Uhr	98,00 €
Kurs 10	Haltung u. Bewegung	Mi.	15.09. - 15.12.	14 x	10.00 Uhr	98,00 €
Kurs 11	Haltung u. Beweg. - Senioren	Do.	16.09. - 16.12.	14 x	10.00 Uhr	98,00 €
Kurs 12	Haltung u. Beweg. - Pilates	Do.	16.09. - 16.12.	14 x	18.00 Uhr	98,00 €
Kurs 13	Haltung u. Bewegung	Do.	16.09. - 16.12.	14 x	19.00 Uhr	98,00 €

Kursleiterin: Nicole Braun + Team (70 Minuten)

Kurs 14	Cardio-Aktiv	Mo.	13.09. - 06.12.	12 x	08.00 Uhr	98,00 €
----------------	--------------	-----	-----------------	------	-----------	---------

Kursleiterin: Iris Godel-Ruepp / Heike Nothhelfer (90 Minuten)

Kurs 15	Hatha-Yoga	Di.	28.09. - 14.12.	11 x	20.00 Uhr	107,25 €
----------------	------------	-----	-----------------	------	-----------	----------

Kursleiter: Hilmar Kopmann (60 Minuten) - outdoor bei gutem Wetter (Schlosspark/Ringelhauser Park)

Kurs 16	Rundum fit	Mi.	15.09. - 08.12.	13 x	19.00 Uhr	84,50 €
----------------	------------	-----	-----------------	------	-----------	---------

Kursleiterin: Uli Pohl (60 Minuten)

Kurs 17	Stabi-Bar-Mix	Mo.	27.09. - 06.12.	10 x	09.15 Uhr	65,00 €
----------------	---------------	-----	-----------------	------	-----------	---------

Kursleiterin: Daniela Hambach (60 Minuten)

Kurs 18	Zumba	Mi.	15.09. - 08.12.	12 x	20.15 Uhr	78,00 €
----------------	-------	-----	-----------------	------	-----------	---------

“Blau” gekennzeichnete Kurse -> anteilige Kostenerstattung durch die gesetzliche Krankenkasse!

Anmeldung telef. (07392 – 6690) oder per Mail (info@tsv-laupheim.de) an die Geschäftsstelle des TSV Lph.