

TURNSTUNDENPLAN

INNSBRUCKER TURNVEREIN 1863 (1849)

Tel. 0512/584021, e-Mail: itv@tirol.com, www.innsbrucker-turnverein.at

Bürozeiten: MO - FR von 9.00 - 12.00 Uhr

Stand: ab 10. September 2018

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
GROSSE HALLE - I					
17 ⁰⁰ -	Kinderturnen 6 - 9 Jahre 17.00 - 17.55 Anna Resch	Kinderturnen 6 - 9 Jahre 17.00 - 17.55 Helmut Stix		Kinderturnen 6 - 9 Jahre 17.00 - 17.55 Anna Resch	Kinderturnen 6 - 9 Jahre 17.00 - 17.55 Helmut Stix
18 ⁰⁰ -	Kinderturnen 10 - 15 Jahre 18.00 - 18.55 Werner Mair	Kinderturnen 10 - 15 Jahre 18.00 - 18.55 Werner Mair	AeroStep Workout Damen-Herren 18.15 - 19.30 Rita Leitner	Kinderturnen 10 - 15 Jahre 18.00 - 18.55 Werner Mair	Kinderturnen 10 - 15 Jahre 18.00 - 18.55 Werner Mair
19 ⁰⁰ -	Konditionsgymnastik für Fortgeschrittene Damen-Herren 19.00 - 19.55 Posch R. / Salzmann T.	Konditionsgymnastik für Anfänger Damen-Herren 19.00 - 19.55 Mag. Robert Mader		Konditionsgymnastik für Fortgeschrittene Damen-Herren 19.00 - 19.55 Posch R. / Salzmann T.	Konditionsgymnastik für Anfänger Damen-Herren 19.00 - 19.55 Mag. Robert Mader
20 ⁰⁰ -	Get fit unlimited Damen - Herren 20.15 - 21.15 Claudia Öhlinger	Zirkeltraining Damen - Herren 20.05 - 21.15 Roland Posch	Freies Klettern 20.15 - 22.45	Freies Klettern 20.15 - 22.45	

	KLEINE HALLE - II				
16 ⁰⁰ -	RG Breitensport 15.00 - 17.00 Monika Gremer	Musikgymnastik für Junggebliebene 16.00 - 16.55 C.Eisenmeyer/ I.Gartner	Pilates Bodyflow 16.00 - 17.00 Manuela Pfohl		RG Breitensport 15.00 - 17.00 Monika Gremer
17 ⁰⁰ -	Bodystyling Damen - Herren 17.00 - 18.00 Christine Gruber	Kinderturnen 3 - 5 Jahre 17.00 - 17.55 Bettina Ladner	BACK-Up Rückenfit und Körperkraft 17.05 - 18.00 Manuela Pfohl	Get fit with HIIT Damen - Herren 17.00 - 17.55 Claudia Öhlinger	Kinderturnen 3 - 5 Jahre 17.00 - 17.55 Bettina Ladner
18 ⁰⁰ -	Geräteturnen Turn10 6 - 15 Jahre 18.05 - 19.50 Lukas Ebner	Power-Core Workout Damen - Herren 18.30 - 20.00 Margret Niederegger	Pilates-Class Workout Damen - Herren 18.05 - 19.20 Manuela Pfohl	Geräteturnen Turn10 6 - 15 Jahre 18.05 - 19.50 Lukas Ebner	Musicflow - NEU! Good Vibes & Body Positivity 18:05 - 19:05 Manuela Pfohl
19 ⁰⁰ -			Ausdauer & Ganz- körpertraining Damen - Herren 19.30 - 20.30 Conny Eisenmeyer		
20 ⁰⁰ -		Geräteturnen Damen-Herren 20.15 - 21.45 Mag. Robert Mader		Sixpack Attack NEU! Damen-Herren 20.00 - 21.00 Tobias Salzmann	Geräteturnen Damen-Herren 20.15 - 21.45 Mag. Robert Mader

Kinder

Erwachsene

geschlossene Kurse
Erwachsene

Klettern