

TVR Ferienprogramm Sommer

am TVR Sporthaus Sürther Straße 195



Was ?	Wann ?	Wo ?
Badminton Senioren	Montag 10.00 – 12.00 Uhr Mittwoch 10.00 – 12.00 Uhr	Turnhalle Mettfelder Str.
Beachvolleyball – Freies Training	Freitag 19.00 – 21.00 Uhr	Forstbotanischer Garten
BodyArt	Montag 19.30 – 20.30 Uhr	Gymnastikhalle Vereinsheim
Eltern- Kind- Turnen 1,5 -3 Jahre	Montag 10.00 – 11.00 Uhr Am 29.Juni , 27. Juli, 3.August & 10.August	Gymnastikhalle Vereinsheim
Eltern- Kind- Turnen ab 10 Monaten	Montag 11.00 – 12.00 Uhr Am 29.Juni , 27. Juli, 3.August & 10.August	Gymnastikhalle Vereinsheim
Eltern- Kind- Turnen ab 1 Jahr -3 Jahre	Montag 15.15 – 16.10 Uhr Am 29.Juni , 27. Juli, 3.August & 10.August	Gymnastikhalle Vereinsheim
Eltern- Kind- Turnen ab 2 Jahre -4 Jahre	Montag 16.10 – 17.10 Uhr Am 29.Juni , 27. Juli, 3.August & 10.August	Gymnastikhalle Vereinsheim
Fatburner / BOP / BodyWorkout	Donnerstag 19.15 – 20.45 Uhr Am 9.7. , 16.7. & 23.07.	Gymnastikhalle Vereinsheim
Fußball Kinder Infos unter fisball@tvr1898.de	Mittwoch 16.30 – 18.00 Uhr Mittwoch 18.00 Uhr – 19.30 Uhr	Bezirkssportanlage am Sürther Feld
Gesund & Fit Muskelaufbau & Entspannung	Montag 17.45 – 18.45 Uhr	Gymnastikhalle Vereinsheim
Gesund & Fit Muskelaufbau & Entspannung Leichtathletik	Dienstag 18.30-19.30 Uhr	Gymnastikhalle Vereinsheim
	Montag 17.30 -19.00 Uhr Dienstag 17.30 -19.00 Uhr Donnerstag 17.30 -19.00 Uhr	
Pilates	Montag 20.30 – 21.30 Uhr	Gymnastikhalle Vereinsheim
Pilates / Wellfit / Faszien	Freitag 8.30 – 9.30 Uhr Am 3. Juli ,10. Juli ,24. Juli, 31. Juli & 7. August	Gymnastikhalle Vereinsheim
Pilates / Wellfit / Faszien	Freitag 9.30 – 10.30 Uhr Am 3. Juli ,10. Juli ,24. Juli, 31. Juli & 7. August	Gymnastikhalle Vereinsheim
Qi Gong	Dienstag Am 30.Juni , 28.Juli , 4.August & 11. August	Gymnastikhalle Vereinsheim
Qi Gong	Donnerstag 16.45 – 18.00 Uhr Am 2.Juli	Gymnastikhalle Vereinsheim
Zumba	Donnerstag 18.15 – 19.15 Uhr Am 23. Juli , 30. Juli & 6. August	Gymnastikhalle Vereinsheim
Step Aerobic	Findet außer am 01.07.2015 immer statt!	Gymnastikhalle Vereinsheim
Yoga	Mittwoch 18.00 – 20.00 Uhr Freitag 18.00 – 19.30 Uhr	Gymnastikhalle Vereinsheim
Walking & Nordic Walking	Donnerstag 9.45 – 11.15 Uhr	Forstbotanischer Garten
Volleyball	Montag 20.00 – 22.00 Uhr	Turnhalle Mainstraße

Turnverein Rodenkirchen 1898 e. V.

Öffnungszeiten Geschäftsstelle: Email: info@tvr1898.de

Mo. – Fr. 09.00 – 12:30 Uhr
Mo. – Fr. 17:00 – 20:00 Uhr

Telefon: 0221 / 669505-0
Telefax: 0221 / 669505-29

TVR Clubhaus: Sürther Str. 195, auf der Bezirkssportanlage Sürther Feld, 50999 Köln