



Dieses Plakat wurde ermöglicht durch eine Spende der Firma



FLEXO - Die Handlaufprofi GmbH
Dieselstraße 5, 86356 Neusäß
Telefon 0821 478 6633- 0
augsburg@flexo-handlauf.de



Aufschwung mit

"fit in den Sommer" Programm 13.-18.6.

- Montag, 13. 6.**
 08:45-09:30 Figurtraining mit Kerstin
Gymnastikraum
 09:30-10:15 Rückenfit im Alltag
mit Kerstin
Gymnastikraum
 17:00-17:45 Reha-Sport Orthopädie
mit Kerstin
Gymnastikraum
 17:45-18:30 Reha-Sport Onkologie
mit Kerstin
Gymnastikraum
 18:45-19:30 Power-Fitness für Männer
mit Kerstin
Gymnastikraum



Dienstag, 14. 6.
17:00-18:00 Pilates mit Birgit Pilates bitte nur mit Voranmeldung über QR-Code
Gymnastikraum

- 18:00-19:00 Wellnessgymnastik
mit Birgit / Ute
Gymnastikraum
 19:00-20:00 Zumba Step mit Andrea
Gymnastikraum

Mittwoch, 15. 6.
kein Kursangebot

Donnerstag, 16. 6., Fronleichnam
kein Kursangebot

Freitag, 17. 6. kein Kursangebot

Samstag, 18. 6.
10:00-11:00 Zumba Toning mit Andrea
TSV-Halle

* WSG = Wirbelsäulengymnastik

TSV Steppach 1888
aus Tradition
der Zukunft verpflichtet

tsv-steppach.de



>>> NEU:
**Schnupperwochen von
 Mitte Mai bis Ende Juli 2022**

10 Wochen kostenlos schnuppern,
 alle Angebote testen:
 Sie melden sich mit Namen an,
 dann sind Sie durch unsere Sport-
 versicherung auch noch versichert!

Lernen Sie uns kennen:
 so oft Sie wollen...
 in welchem Kurs Sie wollen...
 was Ihnen Spaß macht...
 so wie Sie Zeit haben...