



## Das Kursangebot des TSV Uhlbach

### Gymnastikraum TSV-Vereinsheim

#### **Qi Gong**

Michael Halder

Montag, 17:00 – 18:00 Uhr (I)

Montag, 18:30 – 19:30 Uhr (II)

#### **Yoga**

Tanja Minzenmay

Donnerstag, 18:30 – 19:45 Uhr (I)

Donnerstag, 20:00 – 21:15 Uhr (II)

### Mehrzweckturnhalle Asangstraße 221

#### **Rückenfitness**

Beatrix Breitsprecher

Montag, 09:30 – 10:30 Uhr (I)

Montag, 10:45 – 11:45 Uhr (II)

#### **Stabile Mitte für Frauen und Männer**

Sabine Schneider

Mittwoch, 17:00 – 18:00 Uhr

#### **Wirbelsäulen- und Rückengymnastik**

Beatrix Breitsprecher

Donnerstag, 10:00 – 11:00 Uhr

#### **Frauenpower „Bauch-Beine-Po“**

Janina Tama

Mittwoch, 07:45 – 08:45 Uhr

#### **Pilates für Frauen und Männer (Anfänger mit guten Vorkenntnissen)**

Sabine Schneider

Mittwochs, 19:00 – 20:00 Uhr

Donnerstag, 17:30 – 18:30 Uhr (I) Mittelstufe

Donnerstag, 18:30 – 19:30 Uhr (II) Anfänger mit Vorkenntnissen

Donnerstag, 19:30 – 20:30 Uhr (III) Fortgeschrittene

#### **Zumba®**

Daniela Taccogna

Montag, 18:00 – 19:00 Uhr

#### **Rückenfitness Männer**

Beatrix Breitsprecher

Donnerstag, 09:00 – 10:00 Uhr

#### **Tanzkurse**



Info über Tanzschule Burger- Schäfer

Tel.: 0711/226 40 41

Email: [info@tanzschule-stuttgart.de](mailto:info@tanzschule-stuttgart.de)

