



Turnverein Klein-Winternheim

## BEWEGUNGSTAG DES TV KLEIN-WINTERNHEIM

- Sonntag 09. Juli 23 in der TV-Halle -



**Dieser Tag steht ganz im Zeichen der Prävention. Bewege dich auf sanfte Art und tue deinem Körper etwas Gutes!**

**Einfach ausprobieren, ohne Anmeldung.**

**Die Trainer des TVs freuen sich auf Dich!**

- 10:00-10:20      **Medical Jumping** mit Jeanette Michalla**
- 10:30-10:50      **Tiefenmuskuläres Training** mit Iris Bochnia**
- 11:00-11:20      **Ballance** mit Jeanette Michalla**
- 11:30-11:50      **Orientalischer Tanz** mit Iris Bochnia**
- 12:00-12:20      **Seniorengymnastik** mit Sabine Molitor**
- 12:30-12:50      **Fit im Alter** mit Petra Liebrich**
- 13:00-13:20      **Medical Yoga** mit Petra Liebrich**

