

Die Heidjer Turnabteilung

Die Angebote unserer **Turn- und Fitnessabteilung** auf einen Blick:

Montag	19:00 - 20:00 Uhr	Herz-Kreislauf-Fitness-Kurs
Dienstag	16:30 - 18:00 Uhr	Kinderturnen von 4 - 6 Jahren
Dienstag	18:00 - 20:00 Uhr	Jugendturnen ab 9 Jahren
Dienstag	20:00 - 21:30 Uhr	Frauensport ab 20
Mittwoch	17:15 - 18:45 Uhr	Jungenturnen alle Altersklassen
Mittwoch	18:45 - 20:00 Uhr	Frauensport ab 50
Mittwoch	20:00 - 21:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik
Donnerstag	15:30 - 17:00 Uhr	Mädchenturnen von 6 - 8 Jahren
Donnerstag	17:00 - 18:30 Uhr	Mädchenturnen von 8 - 10 Jahren
Donnerstag	18:30 - 19:30 Uhr	AEROBIC mit Top-Fitness-Trainerin
Freitag	15:45 - 17:00 Uhr	Mutter & Kind Turnen

Infos: **Fitness & Mehr** Sabine Jepsen ☎ (0571) 3852428
Frauensport Andrea Kallup ☎ (0571) 63007
Kinderturnen Michaela von der Ahe ☎ (05703) 2125