

Kursplan Sommer 2026 TSV Neuenstadt - Vital

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Übungsräume
vormittags		8.00-9.30 Uhr Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining/Gerätetraining ab ab 09.06.2026 (10 UE) ÜL: Ines Schöll / Stefan Rüdele / Ben Friede		8.00-9.30 Uhr Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining/Gerätetraining ab 11.06.2026 (10 UE) ÜL: Ines Schöll / Stefan Rüdele / Ben Friede		Bürgerhaus Birg, Heimbundhalle Neuenstadt I, Gemeindefalle (Übungsraum UG) Kocherturm, Stadthalle Neuenstadt Vereinheim TSVNeuenstadt, Kellerhalle, Cleversandbad, Fitnessraum Heimbundhalle II
		9.30 bis 10.30 Uhr Wirbelsäulengymnastik am Vormittag 09.06.2026 bis 28.07.2026 (8 UE) ÜL: Ala Gysin				
nachmittags und abends	13.45-14.45 Uhr Reha-Sport Sport bei orthopäd. Erkrankung immer montags 60 Minuten ÜL: Ulrike Schiele	16.00-16.45 Uhr Tänzerische Früherziehung ab 5 Jahren 09.06.2026 bis 28.07.2026 (8 UE) ÜL: Tabitha Böckmann				
	14.45-15.45 Uhr Reha-Sport Sport bei Lungenerkrankung immer montags 60 Minuten ÜL: Ulrike Schiele	17.00-18.00 Uhr Dance4Kids I und II ab 8 Jahren 09.06.2026 bis 28.07.2026 (8 UE) ÜL: Tabitha Böckmann			15.00-16.00 Uhr Kinder-Yoga ab 10 Jahre 12.06.2026 bis 31.07.2026 (8 Einheiten) ÜL: Danijela Lump	
	17.00-18.00 Uhr Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining/Gerätetraining ab 08.06.2026 (10 UE) ÜL: Ines Schöll / Stefan Rüdele / Ben Friede	18.00-19.30 Uhr Yoga für Schultern, Nacken und Rücken 09.06.2026 bis 28.07.2026 (8 UE) ÜL: Claudia Kratzmüller			17.00-18.00 Uhr Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining/Gerätetraining ab 12.06.2026 (10 UE) ÜL: Ines Schöll / Stefan Rüdele / Ben Friede	
	18.00-19.00 Uhr Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining/Gerätetraining ab 08.06.2026 (10 UE) ÜL: Ines Schöll / Stefan Rüdele / Ben Friede			17.45-18.45 Uhr Happy Fitness 18.06.2026 bis 23.07.2026 (6 UE) ÜL: Michaela Rother	18.00-19.00 Uhr Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining/Gerätetraining ab 12.06.2026 (10 UE) ÜL: Ines Schöll / Stefan Rüdele / Ben Friede	
		19.00-20.00 Uhr Kundalini Yoga 09.06.2026 bis 28.07.2026 (8 UE) ÜL: Christina Bußmann	18.30 bis 19.30 Uhr Tanz Fitness 10.06.2026 bis 29.07.2026 (8 UE) ÜL: Janina Crocoll	18.45-19.45 Uhr Wirbelsäulengymnastik 11.06.2026 bis 30.07.2026 (7 UE) ÜL: Cornelia Stein		
		19.00-20.00 Uhr Yoga für mehr Stabilität und Leichtigkeit 09.06.2026 bis 28.07.2026 (7 UE) ÜL: Katrin Müller			19.00-20.00 Uhr Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining/Gerätetraining ab 12.06.2026 (10 UE) ÜL: Ines Schöll / Stefan Rüdele / Ben Friede	
		18.45-19.45 Uhr CIRCL Mobility 09.06.2026 bis 28.07.2026 (8 UE) ÜL: Nicola Körber				
		19.15-20.15 Uhr Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining/Gerätetraining ab 09.06.2026 (10 UE) ÜL: Ines Schöll / Stefan Rüdele / Ben Friede			Sonntag	
	19.45-20.45 Uhr Pilates 15.06.2026 bis 27.07.2026 (6 UE) ÜL: Sindy Miller	20.15-21.15 Uhr Haltung und Bewegung durch Ganzkörpertraining/Gerätetraining ab 09.06.2026 (10 UE) ÜL: Ines Schöll / Stefan Rüdele / Ben Friede		19.45-20.45 Uhr Body Fit 11.06.2026 bis 30.07.2026 (7 UE) ÜL: Cornelia Stein	11.00-12.00 Uhr Vinyasa Yoga 14.06.2026 bis 26.07.2026 (7 UE) ÜL: Danijela Lump	
	20.00-21.00 Uhr Workout Mix/Rücken/Stretching 08.06.2026 bis 27.07.2026 (8 UE) ÜL: Katharina Volpe	19.45-20.45 Uhr In Shape - Ganzkörper-Workout 09.06.2026 bis 28.07.2026 (8 UE) ÜL: Nicola Körber	20.00-21.00 Uhr Body Attack 10.06.2026 bis 29.07.2026 (8 UE) ÜL: Katharina Volpe			