

## Kursplan Gesundheitssport TV Büttelborn

Tag	Uhrzeit	Ort	Kurs	Informationen und Anmeldung bei
Montag	08.30-09.30	TV-Sporthalle	Pilates	Manuela Neumann, Tel. 58521
Montag	18.30-19.30	TV Sporthalle	 *Bodystyling *	Maike Rothmann, Tel. 53959
Montag	19.00-20.30	Kiga Platanenstraße	Yoga	Manuela Neumann, Tel. 58521
Dienstag	18.00-19.00	TV-Sporthalle	 *Flexi-Bar*	Hiltrud Raiß, Tel. 53283
Dienstag	17.00-18.00	TV-Sporthalle	Yoga	Maike Rothmann, Tel. 53959
Dienstag	19.30-20.30	TV- Sporthalle	 *Zumba*	Maike Rothmann, Tel. 53959
Mittwoch	09.30-10.30	TV-Sporthalle	 *Bauch-Beine-Po*	Manuela Neumann, Tel. 58521
Mittwoch	18.00-19.00	TV-Sporthalle	 *Aktiv u. Fit*	Hiltrud Raiß, Tel. 53283
Mittwoch	19.00-20.00	TV-Sporthalle	 *Flexi-Bar*	Hiltrud Raiß, Tel. 53283
Mittwoch	19.00-20.00	TV-Sporthalle	 *Rücken-Fit*	Manuela Neumann, Tel. 58521
<b>Termine für die Rückenfit-Kurse : 11.01.2012-14.03.2012, 18.04.2012-20.06.2012, 12.09.2012-21.11.2012</b>				
Mittwoch	20.00-21.30	TV-Sporthalle	 *Fit & Fun*	Maike Rothmann, Tel. 53959
Donnerstag	09.30-10.30	TV-Sporthalle	 *Fitness für Ältere *	Manuela Neumann, Tel. 58521
Donnerstag	20.00-21.00	TV-Sporthalle	 *Fitness-Mix *	Manuela Neumann, Tel. 58521
Donnerstag	19.30-20.30	Altenwohnheim	Klangschalen u. Entspannung	Interessierte melden sich bitte bei Gabi Kreim, Tel. 58930
Freitag	18.00-19.30	TV-Sporthalle	 *Beckenboden-Gym.*	Silvija Ratschow, 188781

### Termine für die Beckenboden-Kurse:

20.01.2012-09.03.2012, 19.04.2012-08.06.2012, 31.08.2012-12.10.2012

Alle mit dem \* gekennzeichneten Kurse haben das Gütesiegel  
„Pluspunkt Gesundheit – Sport pro Gesundheit“

[gesundheitssport@tvbuettelborn.de](mailto:gesundheitssport@tvbuettelborn.de)  
[www.tvbuettelborn.de](http://www.tvbuettelborn.de)



*...wir bewegen  
Büttelborn!*

[www.tvbuettelborn.de](http://www.tvbuettelborn.de)