

## Unser Angebot ab 01.01.2012

### Sport im Verein macht Spaß

Wochentag Zeit	Ort	Angebot
<b>Montag</b>		
14:15 - 15:15	GMZ	Seniorengymnastik (im Auftrag der Gemeinde Tremsbüttel)
15:15 - 16:30	GMZ	Eltern-Kind-Turnen
16:30 - 18:00	GMZ	Geräteturnen
19:30 - 20:30	GMZ	Nordic Walking
20:00 - 21:00	JGS	Kondition + Fitness für Männer
<b>Dienstag</b>		
15:15 - 16:15	GMZ	Kleinkinderturnen (4 - 6 Jahre)
16:30 - 18:00	GMZ	Leistungsturnen
18:00 - 19:00	GMZ	Fit in Family
19:00 - 20:00	GMZ	fit über 50
20:00 - 21:00	GMZ	Move Mix (Kursangebote)
<b>Mittwoch</b>		
08:30 - 09:30	GMZ	Männermorning
15:30 - 16:45	GMZ	Kinderturnen ab 6 Jahren
16:45 - 17:45	GMZ	Angebot für Kindern und Jugendliche (bitte Aushang beachten)
18:30 - 19:30	GMZ	Step Aerobic für Fortgeschrittene
19:45 - 20:45	GMZ	Every-Body-Workout

## Unser Angebot ab 01.01.2012

### Sport im Verein macht Spaß

Wochentag Zeit	Ort	Angebot
<b>Donnerstag</b>		
<b>10:15 - 11:30</b>	<b>GMZ</b>	<b>Krabbel-Dich-Fit</b>
<b>16:30 - 18:00</b>	<b>GMZ</b>	<b>Leistungsturnen</b>
<b>18:30 - 19:30</b>	<b>GMZ</b>	<b>Fit und Kräftigung</b>
<b>19:30 - 20:30</b>	<b>GMZ</b>	<b>Nordic Walking und Walking</b>
<b>20:00 - 22:00</b>	<b>KGE</b>	<b>Badminton ab 16 Jahren</b>
<b>Freitag</b>		
<b>9:30 - 10:30</b>	<b>GMZ</b>	<b>Wohlfühlgymnastik</b>
<b>15:30 - 16:30</b>	<b>GMZ</b>	<b>Kursangebot für Kinder (bitte Aushang beachten)</b>
<b>20:00 - 22:00</b>	<b>GMZ</b>	<b>Ballspiele für Erwachsene</b>

GMZ

JGS

KGE

Gemeindezentrum Tremsbüttel,  
Hauptstraße 66, 22967 Tremsbüttel  
Johannes Gutenberg Schule, kleine Halle,  
Alte Landstraße 79, 22941 Bargtheide  
Gymnasium Eckhorst, große Halle;  
Eckhorst 80, 22941 Bargtheide