



## Outdoor Sommerferienprogramm 2019

TV Kuppenheim



Sport Für Alle -

Auch für Nichtmitglieder

### Bootcamp mit Britta Lang\*

19:00-20:00 Uhr, Sportgelände  
am Cuppamare

Di, 30.07.: High Intensity  
Di, 06.08.: Barfuß-Workout  
Do, 15.08.: Zirkel  
Di, 20.08.: Stretching  
Do, 22.08.: Brazils  
Mi, 28.08.: Bunte Stunde

### Sportabzeichen mit Edith Staudt

Jeden Montag 18:30-20:00 Uhr,  
Treffpunkt im Wörtelstadion

### Lauftreff (Laufen & Walken)

Jeden Mittwoch um 18:30 Uhr und  
Samstag um 15:30 Uhr,  
Treffpunkt Fichtentalparkplatz

### Aroha mit Daniela Rieger

19:00-20:00 Uhr, Hof Haus der  
Vereine

Do, 01.08.  
Do, 08.08.  
Do, 05.09.

### Group Fitness mit Andrea Car

19:00-20:00 Uhr

Di, 13.08.: Aerobic Fitness  
Hof Haus der Vereine

Di, 27.08.: Athletic Fitness\*  
Sportgelände am Cuppamare



\*Bitte Gymnastikmatten mitbringen,  
sofern vorhanden - Kleiner Bestand vor  
Ort