



JEDERMANNTURNEN DAMENTURNVEREIN

In gewohnter Manier möchten wir auch dieses Jahr in der Neuauflage zum traditionellen „Turnen für Jedermann“ vom

Montag, 15. Oktober 2018 bis Montag, 29. Februar 2019

einladen.

Unsere Leiterinnen bilden sich regelmässig weiter und bieten abwechslungsreiche Turnstunden mit den Schwerpunkten Gymnastik, Zumba, Yoga und Aerobic (Angaben ohne Gewähr):

Datum:	Schwerpunkt:	Datum:	Schwerpunkt:
15. Okt. 2018	Zumba	07. Jan. 2019	Circel Training
22. Okt. 2018	Aerobic	14. Jan. 2019	Zumba
29. Okt. 2018	Yoga	21. Jan. 2019	Aerobic
05. Nov. 2018	Gymball	28. Jan. 2019	Yoga
12. Nov. 2018	Zumba	04. Feb. 2019	Zumba
19. Nov. 2018	Aerobic	11. Feb. 2019	Redondo Ball
26. Nov. 2018	Yoga	18. Feb. 2019	Aerobic
03. Dez. 2018	Kleinhanteln	25. Feb. 2019	Yoga
10. Dez. 2018	Zumba		
17. Dez. 2018	Aerobic		

Hast Du Lust bekommen, bei uns mitzumachen? Dann komm Doch einfach am Montagabend in die Turnhalle.

Wir starten jeweils um 20.15 Uhr und beenden das Training um 21.45 Uhr. Die Turnstunde für die Jedermann-Teilnehmer kostet CHF 5.00. Auch der gemütliche Teil nach dem Turnen wird bei uns gepflegt.

Alle Turnerinnen und Leiterinnen freuen sich auf Deinen Besuch!

Bis bald in der Turnhalle beim DTV

