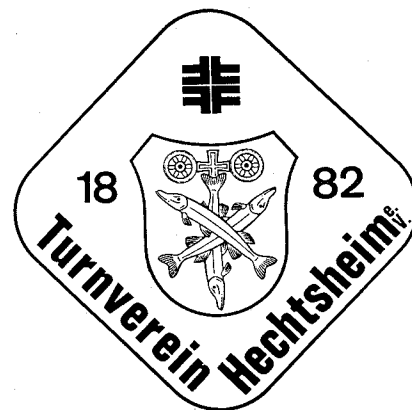


Turnverein Hechtsheim 1882 e.V.

Turnen ♦ Gymnastik ♦ Volleyball ♦ Leichtathletik

Tanzen ♦ Trampolin ♦ Basketball ♦ Badminton



Fitnessstunden in den Sommerferien 2026

FERIENWOCHE 1 - 29.06. - 05.07.

Montag	29.06.2026	08.30 Uhr	Funktionelle Gymnastik	TV Halle Bezirkssport- anlage Grundschule
		19.00 Uhr	Wirbelsäulen- und Haltungsgymnastik	
		19.30 Uhr	Zumba	
Dienstag	30.06.2026	20.15 Uhr	Funktionelle Gymnastik	TV Halle
		21.15 Uhr	Fitness - und Konditionsgymnastik	TV Halle
Donnerstag	02.07.2026	19.00 Uhr	Rückenfitness	Turngarten in.betrieb
		19.30 Uhr	Yoga	
Freitag	03.07.2026	09.00 Uhr	Yoga mit und ohne Baby	TV Halle
		10.00 Uhr	Fit over Fifty	TV Halle
Samstag	04.07.2026	10.00 Uhr	Zumba	TV Halle

FERIENWOCHE 2 - 06.07. - 12.07.

Montag	06.07.2026	08.30 Uhr	Funktionelle Gymnastik	TV Halle
		19.00 Uhr	Wirbelsäulen- und Haltungsgymnastik	Bezirkssport- anlage
		19.30 Uhr	Zumba	Grundschule
Dienstag	07.07.2026	20.15 Uhr	Funktionelle Gymnastik	TV Halle
		21.15 Uhr	Fitness - und Konditionsgymnastik	TV Halle
Mittwoch	08.07.2026	19.30 Uhr	Bauch, Beine, Po	TV Halle
		20.30 – 21.00 Uhr	Faszienmassage	TV Halle
Donnerstag	09.07.2026	19.00 Uhr	Rückenfitness	Turngarten in.betrieb
		19.30 Uhr	Yoga	
Freitag	10.07.2026	09.00 Uhr	Yoga mit und ohne Baby	TV Halle
		10.00 Uhr	Fit over Fifty	TV Halle
Samstag	11.07.2026	10.00 Uhr	Zumba	TV Halle

FERIENWOCHE 3 - 13.07. - 19.07.

Montag	13.07.2026	08.30 Uhr	Funktionelle Gymnastik	TV Halle
		19.00 Uhr	Wirbelsäulen- und Haltungsgymnastik	Bezirkssport- anlage
		19.30 Uhr	Zumba	Grundschule
Dienstag	14.07.2026	20.15 Uhr	Funktionelle Gymnastik	TV Halle
		21.15 Uhr	Fitness - und Konditionsgymnastik	TV Halle
Mittwoch	15.07.2026	09.15 Uhr	Pilates	TV Halle
		10.15 Uhr	Fit over sixty	TV Halle
		19.30 Uhr	Bauch, Beine, Po	TV Halle
		20.30 – 21.00 Uhr	Faszienmassage	TV Halle
Donnerstag	16.07.2026	08.00 Uhr	Fit in den Tag	TV Halle
		19.00 Uhr	Rückenfitness	Turngarten
		19.30 Uhr	Yoga	in.betrieb
Freitag	17.07.2026	09.00 Uhr	Yoga mit und ohne Baby	TV Halle
		10.00 Uhr	Fit over Fifty	TV Halle
Samstag	18.07.2026	10.00 Uhr	Zumba	TV Halle

FERIENWOCHE 4 - 20.07. - 26.07.

Montag	20.07.2026	08.30 Uhr	Funktionelle Gymnastik	TV Halle
		19.00 Uhr	Wirbelsäulen- und Haltungsgymnastik	Bezirkssport- anlage
		18.30 Uhr	Rückentraining und Mobilisation	Grundschule
		19.30 Uhr	Zumba	Grundschule
Dienstag	21.07.2026	20.15 Uhr	Funktionelle Gymnastik	TV Halle
		21.15 Uhr	Fitness - und Konditionsgymnastik	TV Halle
Mittwoch	22.07.2026	09.15 Uhr	Pilates	TV Halle
		10.15 Uhr	Fit over sixty	TV Halle
		19.30 Uhr	Bauch, Beine, Po	TV Halle
Donnerstag	23.07.2026	08.00 Uhr	Fit in den Tag	TV Halle
		19.00 Uhr	Rückenfitness	Turngarten
		19.30 Uhr	Yoga	in.betrieb
Freitag	24.07.2026	10.00 Uhr	Fit over Fifty	TV Halle
Samstag	25.07.2026	10.00 Uhr	Zumba	TV Halle

FERIENWOCHE 5 - 27.07. - 02.08.

Montag	27.07.2026	08.30 Uhr	Funktionelle Gymnastik	TV Halle
		19.00 Uhr	Wirbelsäulen- und Haltungsgymnastik	Bezirkssport- anlage
		18.30 Uhr	Rückentraining und Mobilisation	Grundschule
		19.30 Uhr	Zumba	Grundschule
Dienstag	28.07.2026	20.15 Uhr	Funktionelle Gymnastik	TV Halle
		21.15 Uhr	Fitness - und Konditionsgymnastik	TV Halle
Mittwoch	29.07.2026	09.15 Uhr	Pilates	TV Halle
		10.15 Uhr	Fit over sixty	TV Halle
		18.15 Uhr	Faszio- / Faszientraining	TV Halle
Donnerstag	30.07.2026	08.00 Uhr	Fit in den Tag	TV Halle
		19.00 Uhr	Rückenfitness	Turngarten
		19.30 Uhr	Yoga	in.betrieb
Freitag	31.07.2026	09.00 Uhr	Yoga mit und ohne Baby	TV Halle
		10.00 Uhr	Fit over Fifty	TV Halle
Samstag	01.08.2026	10.00 Uhr	Zumba	TV Halle

FERIENWOCHE 6 - 03.08. - 09.08.

Montag	03.08.2026	08.30 Uhr	Funktionelle Gymnastik	TV Halle
		19.00 Uhr	Wirbelsäulen- und Haltungsgymnastik	Bezirkssport- anlage
		18.30 Uhr	Rückentraining und Mobilisation	Grundschule
		19.30 Uhr	Zumba	Grundschule
Dienstag	04.08.2026	20.15 Uhr	Funktionelle Gymnastik	TV Halle
		21.15 Uhr	Fitness - und Konditionsgymnastik	TV Halle
Mittwoch	05.08.2026	09.15 Uhr	Pilates	TV Halle
		10.15 Uhr	Fit over sixty	TV Halle
		18.15 Uhr	Faszio- / Faszientraining	TV Halle
		19.30 Uhr	Bauch, Beine, Po	TV Halle
Donnerstag	06.08.2026	08.00 Uhr	Fit in den Tag	TV Halle
		19.00 Uhr	Rückenfitness	Turngarten
		19.30 Uhr	Yoga	in.betrieb
Freitag	07.08.2026	09.00 Uhr	Yoga mit und ohne Baby	TV Halle
		10.00 Uhr	Fit over Fifty	TV Halle
Samstag	08.08.2026	10.00 Uhr	Zumba	TV Halle