

Montag - Freitag

12. - 16.06.2023



TSG SPORTWOCHE

MONTAG, 12.06.2023

- 18:30 - 19:30 Uhr: Gymnastik für Senioren im Spiegelssal der Oberschule
- 18:30 - 19:30 Uhr: Frauensport - Fitness und Gesundheit in der Halle der Oberschule
- 20:00 - 21:30 Uhr: Männersport - Bewegung und Gymnastik in der großen Hössenhalle
- 19:45 - 21:15 Uhr: Yoga für Fortgeschrittene im Spiegelsal der Oberschule

DIENSTAG, 13.06.2023

- 19:15 - 20:15 Uhr: Zumba und Bokwa im Spiegelssal der Oberschule

TSG 
Westerstede



Montag - Freitag

12. - 16.06.2023



TSG SPORTWOCHE

MITTWOCH, 14.06.2023

- 8:30 - 10:00 Uhr: Yoga für Anfänger im Spiegelsaal der Oberschule
- 18:30 - 19:30 Uhr: Pilates für Anfänger im Jahnsportraum Hössen
- 19:45 - 20:45 Uhr: Pilates für Fortgeschrittene im Jahnsportraum Hössen
- 18:30 - 21:00 Uhr: Tanzen im Spiegelsaal der Oberschule

DONNERSTAG, 15.06.2023

- 10:00 - 11:00 Uhr: Flex-Bar im Jahnsportraum Hössen

FREITAG, 16.06.2023

- 15:00 - 16:20 Uhr: Leichtathletik (6-14 Jahre) auf der Hössensportanlage
- 16:20 - 18:00 Uhr: Leichtathletik (14+ Jahre) auf der Hössensportanlage

TSG 
Westerstede

