

## Sportangebote für Senioren beim TVB

<b>Programm</b>	<b>Ort</b>	<b>Termin</b>
Pilates	Philipp-Reis-Schule, Gymnastikraum	Mo, 20:00 – 21:30 Uhr
Pilates	TVB-Vereinsturnhalle, Burgholzhausen	Mi, 18:00 – 19:30 Uhr
Hatha Yoga	TVB-Vereinsturnhalle, Burgholzhausen	Fr, 9:30 – 11:00 Uhr
Fit ab 50+ für Herren	Turnhalle Grundschule Burgholzhausen	Mi, 19:30 – 20:30 Uhr
Workout und Ballspiele Herren 35+	Turnhalle Grundschule Burgholzhausen	Fr, 20:00 – 22:00 Uhr
Rückenfit	Turnhalle Grundschule Burgholzhausen	Di, 19:00 – 20:00 Uhr
Frühgymnastik Frauen	TVB-Vereinsturnhalle, Burgholzhausen	Mi, 9:00 – 10:00 Uhr
Gymnastik Frauen 40+	TVB-Vereinsturnhalle, Burgholzhausen	Mo, 18:00 – 19:00 Uhr
Nordic Walking	Treffpunkt TVB-Vereinsturnhalle	Di + Do, 9:00 – 10:00 Uhr
Badminton	Philipp-Reis-Schule, Sporthalle	Do, 20:00 – 22:00 Uhr
Zumba Gold	TVB-Vereinsturnhalle, Burgholzhausen	Fr, 16:30 – 17:15 Uhr
Leichtathletik/ Werfer Erwachsene	Turnhalle Grundschule/ Sportpark	Mo, 19:30 – 21:00 Uhr
SOMA-Fußball	Sportplatz Burgholzhausen Turnhalle Grundschule (Winter)	Mi, 19:15 – 21:00 Uhr Do, 19:30 – 22:00 Uhr
Bodystyling	TVB-Vereinsturnhalle, Burgholzhausen TVB-Vereinsturnhalle, Burgholzhausen	Mo, 8:00 – 9:00 Uhr Mi, 19:30 – 20:30 Uhr
Wirbelsäulen- und Faszientraining	Turnhalle Grundschule Burgholzhausen	Mi, 18:30 – 19:30 Uhr
Reha-Sport (Lunge)	TVB-Vereinsturnhalle, Burgholzhausen	Do, 15:30 – 16:30 Uhr
Reha-Sport Orthopädie	TVB-Vereinsturnhalle, Burgholzhausen	Do, 16:30 – 17:30 Uhr Do, 17:30 – 18:30 Uhr Do, 18:30 – 19:30 Uhr
Pickleball	TVB-Vereinsturnhalle, Burgholzhausen	Do, 20:30 – 22:00 Uhr