

MARKDORFER GESUNDHEITSWOCHEN IM MÄRZ 2018



ALLE ANGEBOTE KOSTENLOS - auch für Nichtmitglieder und Feriengäste!
 Bitte für alle Angebote anmelden: geschaeftsstelle@tv-markdorf.de

MONTAG 12.03.2018	DIENSTAG 13.03.2018	MITTWOCH 14.03.2018	DONNERSTAG 15.03.2018	FREITAG 16.03.2018	SAMSTAG 17.03.2018
			10:00-11:30 Uhr Mobilität und Kraft für den RÜCKEN mit Reaktiv Walking Wirthshof Rezeption Camping (Katja Eberle)		9:00-11:00 FASZIEN WORKSHOP NUR TVM-ÜBUNGSLEITER! Mehrzweckhalle Leimbach (Chris Schorpp)
	18:30-19:30 FITTE FASZIEN BZM Gymnastikhalle (Katja Eberle)	17:00-18:00 REAKTIV WALKING ERLEBNIS STUNDE Wirthshof Rezeption Camping (Michael Bauer)	12:15-13:00 REAKTIV WALKING für den RÜCKEN in der Mittagspause SAP-Gelände Dornierstr. 3 (Katja Eberle)		11:00-12:00 REAKTIV WALKING ERLEBNIS STUNDE Wirthshof Rezeption Camping (Katja Eberle)
18:30-19:30 NORDIC WALKING FÜR FORTGESCHRITENE! (Moni Graf)	20:00 TVM JAHRES- HAUPTVERSAMMLUNG Herzlich willkommen! Nebenzimmer Stadthalle	18:15-19:15 REAKTIV WALKING LAUFTREFF Wirthshof Rezeption Camping (Michael Bauer)	15. März: Tag der Rückengesundheit in Deutschland!	18:30-19:30 GANZKÖRPER WORKOUT FÜR JUNGE FRAUEN AB 16! Jakob Gretser Halle (Nadia Ben Amor)	

LEGENDE: Gesundheitssport + Fitness Outdoor Vorträge

MONTAG 19.03.2018	DIENSTAG 20.03.2018	MITTWOCH 21.03.2018	DONNERSTAG 22.03.2018	FREITAG 23.03.2018	SAMSTAG 24.03.2018
		17:00-18:00 REAKTIV WALKING ERLEBNIS STUNDE Wirthshof Rezeption Camping (Michael Bauer)	12:15-13:00 REAKTIV WALKING "BEWEGTE MITTAGSPAUSE" SAP-Gelände Dornierstr. 3 (Katja Eberle)		11:00-12:00 REAKTIV WALKING ERLEBNIS STUNDE Wirthshof Rezeption Camping (Katja Eberle)
	18:30-19:30 FUNCTIONAL AEROBIC+FITNESS BZM Gymnastikhalle (Katja Eberle)	18:15-19:15 REAKTIV WALKING LAUFTREFF Wirthshof Rezeption Camping (Michael Bauer)			TANZ IN DEN FRÜHLING NIA EINSTEIGER WORKSHOP 10:00-12:00 Uhr NIA FÜR KIDS 12:30-13:30 Uhr, ab 8 Jahren FLOW YOGA DANCE 15:00-16:30 Uhr JAZZY HIPHOP 17:00-18:15 auch für Jugendliche!
18:30-19:30 NORDIC WALKING FÜR FORTGESCHRITENE! (Moni Graf)		20:00-21:00 VORTRAG REAKTIV=EFFEKTIV? Tagungsraum Wirthshof (Katja Eberle)			