

Unser Sportprogramm

Stand: 12.02.15

Montag

09.30 - 10.15	Wirbelsäulengymnastik	Fr. Pevny	TVA
18.00 - 19.00	Wirbelsäulengymnastik	Fr. Stute	Hans-Adlhoch-Halle
18.15 - 19.15	Wirbelsäulengymnastik	Fr. Allmendinger	Bürgerhaus Pfersee
18.30 - 19.45	Walking	Hr. Maiwald	Treffpunkt: TVA
19.00 - 20.00	Fitness für Rückenbewusste	Fr. Rauwolf	Kerschensteiner Schule
19.00 - 20.00	Bauch, Beine, Po	Fr. Kempf	Adlhochschule
19.30 - 20.30	Damengymnastik	Fr. Rudolph	Volkschule Gänsbühl
20.30 - 21.45	Fit und Fun für Frau und Mann	Hr. Maiwald	Volkschule Gänsbühl

Dienstag

09.00 - 10.00	Wirbelsäulengymnastik	Fr. Stute	St. Andreas/Herrenbach
09.15 - 10.15	Wirbelsäulengymnastik	Fr. Scheuffelhut	TVA
09.30 - 10.30	Funktionsgymnastik	Fr. Butz	TVA
10.45 - 11.30	Wirbelsäulengymnastik	Fr. Butz	TVA
14.00 - 15.00	Lungensport	Fr. Butz	TVA
15.15 - 16.00	Fit ab 60	Fr. Butz	TVA
16.00 - 17.00	Osteoporose	Fr. Pevny	Parkschule Stadtbergen
17.00 - 19.15	Coronarsport 2 Gruppen	Fr. Barwig	TVA
17.30 - 18.30	Er und Sie Gymnastik	Fr. Deisenhofer	Sporthalle Augsburg
18.30 - 19.30	Wirbelsäulengymnastik	Fr. Böving	Pfz.Dreifaltigkeit Gögg.

Mittwoch

10.30 - 11.30	Funktionelles Zirkeltraining	Fr. Angele	TVA
10.45 - 11.45	Wirbelsäulengymnastik	Fr. Stute	TVA
18.00 - 19.30	Familiensport	Fr. Mack	Ulrich - Schule

Donnerstag

08.00 - 09.00	Wassergymnastik*	Fr. Schiffelholz	Altes Stadtbad
09.00 - 10.30	Prellball	Hr. Wienands	TVA
10.30 - 11.30	Zirkeltraining im Gym	Fr. Angele	TVA
16.30 - 19.45	Coronarsport 3 Gruppen	Fr. Enderes	Zentralklinikum
18.00 - 19.00	Wirbelsäulengymnastik	Fr. Pevny	TVA
19.00 - 20.00	Lungensport	Fr. Pevny	TVA

Freitag

9.10 - 10.10	Qi Gong	Fr. Scheuffelhut	TVA
17.00 - 18.00	Wirbelsäulengymnastik	Fr. Stute	TVA
17.00 - 18.00	Pilates Anfänger	Fr. Kammerloher	TVA
17.00 - 18.00	Lauftreff	Hr. Maiwald	Treffpunkt: Infothek

Reha/ Basis/Studio

* Zusatzbeitrag

Unsere Wandergruppe trifft sich einmal im Monat zu einem Wanderausflug!

Kontakt: Bruno Steffens e-mail: sbsteffens@kabelmail.de

Außerdem lädt Euch unser Bistroteam zum gemütlichen Beisammensein mit leckerem italienischen Essen und Kaffee in unsere La Trattoria im TVA ein (im Sommer mit Biergartenbetrieb).

Reha

Durch von der Krankenkasse genehmigte Verordnung

Basisangebot

Erwachsener	11,50 € mtl.
Ehepaar	20,00 € mtl.
* Zusatzbeitrag f. Wassergymnastik	10,00 € mtl.

Studio

inkl. Basisangebot, Sauna und Fitnessstudio

Studio 1 Karte	6 Monate	34,50 € mtl.
Studio 1 Karte	12 Monate	30,50 € mtl.
(Ein Tag pro Kalenderwoche)		
Studio Top Card	6 Monate	48,50 € mtl.
Studio Top Card	12 Monate	44,50 € mtl.
(Training mehrmals pro Woche)		



Fitness Gesundheit Sport

Gabelsbergerstraße 64, 86199 Augsburg-Göggingen

Öffnungszeiten Mo.-Fr. 8:30 – 22.00

Sa.+So.+ Feiertag 9.00 – 19.00

Telefon: 0821/57 37 15

e-mail: info@tvaugsburg.de

Internet: www.tvaugsburg.de



Fitness Gesundheit Sport

gemeinsam – jung bleiben



**Unser Sportprogramm
für die
„S-Klasse“**