



# TSV Süstedt

---

## Überblick über unser Kursangebot unter Berücksichtigung der aktuellen Corona-Einschränkungen (Stand 15.06.20)

Verein von Oliver Stellmann am 16.06.2020

Liebe Vereinsmitglieder,

hiermit geben wir einen Überblick über unser aktuelles Kursangebot:



Montags, 07:45 Uhr - 09:15 Uhr Yoga als Online-Kurs via Zoom

Montags, 19:00 Uhr - 20:00 Uhr Zumba unter freiem Himmel auf dem Süstedter Sportplatz

Montags, 19:00 Uhr - 20:00 Uhr Zumba parallel als Online-Kurs via Zoom

Montags, 20:00 Uhr - 22:00 Uhr Orientalischer Tanz im Kursraum des TSV Süstedt (max. 6 Personen)

Dienstags, 19:00 Uhr - 20:00 Uhr Aerobic im Kursraum des TSV Süstedt (max. 6 Personen)

Dienstags, 20:10 Uhr - 21:10 Uhr Jumping Fitness im Kursraum des TSV Süstedt (max. 6 Personen)

Mittwochs, 09:30 Uhr - 10:30 Uhr Seniorengymnastik im Kursraum des TSV Süstedt (max. 6 Personen)

Mittwochs, 19:00 Uhr - 20:00 Uhr Energie-Ausdauer-Training unter freiem Himmel auf dem Süstedter Sportplatz

Mittwochs, 19:00 Uhr - 20:00 Uhr Ganzkörper-Workout als Online-Kurs via Zoom

Mittwochs, 20:00 Uhr - 21:15 Uhr Yoga unter freiem Himmel an der Nolteschen Scheune

Donnerstags, 18:00 Uhr - 19:00 Uhr Jumping Fitness als Online-Kurs via Zoom

Donnerstags, 19:00 Uhr - 19:45 Uhr Bauch Beine Po unter freiem Himmel auf dem Süstedter Sportplatz

Donnerstags, 20:00 Uhr - 20:45 Uhr Bauch Beine Po unter freiem Himmel auf dem Süstedter Sportplatz

Freitags, 18:30 Uhr - 19:30 Uhr Jumping Fitness im Kursraum des TSV Süstedt (max. 6 Personen)

Samstags, 19:00 Uhr - 20:00 Uhr Ganzkörper-Workout unter freiem Himmel auf dem Süstedter Sportplatz

Samstags, 19:00 Uhr - 20:00 Uhr Ganzkörper-Workout parallel als Online-Kurs via Zoom

Sonntags, 11:00 Uhr - 12:00 Uhr Jumping Fitness im Kursraum des TSV Süstedt (max. 6 Personen)

Viel Spaß!!!

Euer TSV Süstedt



[www.comav.de](http://www.comav.de) - Vereinszeitung war gestern

<http://www.tsv-suestedt.de>