

LSG Andelfingen

Ort	Studio Tanzwält Wyland, Schaubenstr. 1, Andelfingen (Karin)
oder	Turnhalle Sek. Andelfingen, Bodenwiesstr. 4, Andelfingen (Monika)
Zeit	Dienstag, 19.00 - 20.00h
Leitung	Karin Roos: Bewegungsfachfrau/Tanzpädagogin/J+S-Coach
Leitung Stv.	Monika Hönger: Yogalehrerin, Fitnessinstructorin, Allez Hop Leiterin
admin. Leiter	Hansruedi Ruegg, Andelfingen Tel: 052 317 10 79

Programm bis Jahresende 2026

Datum	Thema
18.08.2025	Gymfit (Studio, Karin)
25.08.	Gymnastik allg. (Turnhalle, Monika)
01.09.	Gymnastik allg. (Turnhalle, Monika)
08.09.	Gymnastik mit Overball (Studio, Karin)
15.09.	Gymnastik allg. (Turnhalle, Monika)
22.09.	Rumpfstabilität (Studio, Karin)
29.09.	Gymnastik allg. (Turnhalle, Monika)
	Ferien
20.10.	Gymnastik allg. (Turnhalle, Monika)
27.10.	Pilatesring (Studio, Karin)
03.11.	Oberer Rücken, Schultern, Arme (Studio, Karin)
10.11.	Rückengymnastik (Studio, Karin)
17.11.	Koordination und Balance (Studio, Karin)
24.11.	Gymnastik allg. (Turnhalle, Monika)
01.12.	Gymnastik allg. (Turnhalle, Monika)
08.12.	Bauch / Beine / Po (Studio, Karin)
15.12.	Gymnastik allg. (Turnhalle, Monika)
	Ferien
	Frohe Weihnachten!
05.01.27	Frohes Wiedersehen!