

Öffnungszeiten des Gesundheits- und Fitnessstudios in den Osterferien

Montag bis Donnerstag, 15.4. – 18.4.	8.00 – 22.00
Karfreitag, 19.4.	10.00 – 16.00
Ostersonntag, 20.4.	10.00 – 20.00
Ostersonntag, 21.4. Ostermontag, 22.4.	10.00 – 16.00
Dienstag bis Freitag, 23.4. – 26.4.	8.00 – 22.00
Samstag, 27.4.	10.00 – 20.00
Sonntag, 28.4.	10.00 – 20.00

Noch mehr Öffnungszeiten...

Das Hallenbad hat in den Osterferien an den Feiertagen (Karfreitag, Ostersonntag und Ostermontag) von 9.30–19.30 Uhr geöffnet.

Kinderbetreuung

Sie würden gerne Sport treiben, haben aber keine Betreuung für Ihr Kind? Kein Problem. Wir bieten immer dienstags von 8:45 - 11:45 Uhr eine Kinderbetreuung in der Judohalle an. Kosten: 3,- Euro , bzw. 2,- Euro für das Geschwisterkind



Aktiv – auch in den Schulferien

In der Freiburger Turnerschaft von 1844 e.V. findet in allen Schulferien kein reguläres Sportprogramm statt. Dies heißt aber nicht, dass in den Schulferien nicht gesportelt werden kann. Das Ferien-Special – mit Angeboten aus den Bereichen Fitness, Gesundheit und Reha – steht allen Mitgliedern mit der Basismitgliedschaft zur Verfügung. Das heißt, auch Mitglieder ohne Zusatz „Fitness“ haben die Möglichkeit in verschiedenste Fitnessangebote zu schnuppern.



Fit! Auch in den Schulferien.

Die FT macht keine Pause!

Kontakt

Freiburger Turnerschaft von 1844 e.V.
Schwarzwaldstraße 181
79117 Freiburg
Telefon: +49 761 38 99 18 44
Telefax: +49 761 38 99 18 79
E-Mail: info@ft1844-freiburg.de
Internet: www.ft1844-freiburg.de



erste Ferienhälfte 15.4. – 21.4.

<p>MONTAG 15.4.</p> <p>9.00–10.00 Bauch, Beine, Po Valentin Tischtennishalle</p> <p>11.00–12.00 Wirbelsäulengymnastik FT-Team Tischtennishalle</p> <p>17.00–19.00 Qigong und Tai Chi Workshop Li Hong Ballettsaal</p> <p>18.30–19.15 Aqua-Fit Noa Hallenbad (Springerbecken)</p> <p>19.15–20.00 Aqua-Fit Noa Hallenbad (Springerbecken)</p>	<p>DIENSTAG 16.4.</p> <p>9.00–10.00 Step-Aerobic Kathy Ballettsaal</p> <p>9.30–10.15 Aqua-Fit Marianne Hallenbad (Springerbecken)</p> <p>10.00–11.00 Faszien-Pilates Jürgen Ballettsaal</p> <p>11.00–12.00 Pilates Jürgen Ballettsaal</p>	<p>18.00–19.00 Bauch, Beine, Po Noa Gymnastikhalle</p> <p>18.00–19.30 Total Body Drill Grischa Functional Playground</p> <p>19.00–20.30 Hatha-Yoga Yvonne Ballettsaal</p> <p>19.30–20.30 Zirkeltraining Grischa Functional Playground</p> <p>20.30–22.00 Fitnessstraining Sabine Gymnastikhalle</p>	<p>MITTWOCH 17.4.</p> <p>9.30–10.30 Bodyforming Tanja Tischtennishalle</p> <p>10.30–12.00 Hatha-Yoga Yvonne Gymnastikstudio</p>	<p>17.00–18.00 Sportl. Gymnastik Damen Marianne Gymnastikhalle</p> <p>18.00–20.00 Open Playground Tobias Functional Playground</p> <p>18.45–19.45 Body Workout Marianne Gymnastikhalle</p> <p>19.30–22.00 Intens. Konditionstraining Herren Herbert Karl-Herterich-Halle</p> <p>20.00–21.00 Zirkeltraining Tobias Functional Playground</p>	<p>DONNERSTAG 18.4.</p> <p>9.50–10.50 Core-Workout Tobias Functional Playground</p> <p>10.00–11.00 Faszien-Pilates Jürgen Ballettsaal</p> <p>10.50–11.50 Functional Training Tobias Functional Playground</p> <p>11.00–12.00 Pilates Jürgen Ballettsaal</p>	<p>18.00–19.30 Hatha-Yoga Yvonne Ballettsaal</p> <p>19.00–20.00 Cross-Workout Daniel Functional Playground</p> <p>20.00–21.00 Functional Training Daniel Functional Playground</p> <p>19.30–21.00 Vinyasa Power yoga Yvonne Ballettsaal</p>	<p>KARFREITAG, OSTERSAMSTAG, OSTERSONNTAG</p> <p>KEIN SPORTPROGRAMM</p>
---	--	--	--	--	--	---	---

zweite Ferienhälfte 22.4. – 28.4.

<p>OSTERMONTAG 22.4.</p> <p>KEIN SPORTPROGRAMM</p>	<p>DIENSTAG 23.4.</p> <p>9.00–10.00 Step-Aerobic Kathy Ballettsaal</p> <p>10.00–11.00 Pilates Katja Ballettsaal</p> <p>11.00–12.00 Salsa Katja Ballettsaal</p> <p>18.00–19.30 Total Body Drill Grischa Functional Playground</p> <p>19.00–20.00 Hatha-Yoga Manjula Gymnastikstudio</p> <p>19.30–20.30 Zirkeltraining Grischa Functional Playground</p> <p>20.00–21.00 Hatha-Yoga Manjula Gymnastikstudio</p> <p>20.30–22.00 Fitnessstraining Sabine Gymnastikhalle</p>	<p>MITTWOCH 24.4.</p> <p>9.00–10.00 Pilates Katja Ballettsaal</p> <p>10.00–11.00 Rückenfit/Flexibar Katja Ballettsaal</p> <p>16.00–17.00 Bauch, Beine, Po Stella Ballettsaal</p> <p>17.00–19.00 Qigong und Tai Chi Workshop Li Hong Functional Playground</p> <p>18.30–20.00 Yoga Special Hüfte/Knie Manjula Ballettsaal</p> <p>19.30–22.00 Intens. Konditionstraining Herren Herbert Karl-Herterich-Halle</p>	<p>DONNERSTAG 25.4.</p> <p>9.00–10.00 Tabata Stella Ballettsaal</p> <p>9.00–10.30 Hatha-Yoga Manjula Gymnastikstudio</p> <p>10.00–11.00 Faszien-Pilates Jürgen Ballettsaal</p> <p>11.00–12.00 Pilates Jürgen Ballettsaal</p> <p>17.00–18.00 Pilates Manjula Ballettsaal</p> <p>18.30–20.30 Hatha-Yoga Manjula Ballettsaal</p> <p>19.00–19.45 Aqua-Fit Grischa Hallenbad (Springerbecken)</p> <p>19.00–20.00 Cross-Workout Daniel Functional Playground</p> <p>20.00–21.00 Functional Training Daniel Functional Playground</p>	<p>FREITAG 26.4.</p> <p>8.45–9.45 Bauch, Beine, Po Noa Gymnastikhalle</p> <p>10.00–12.00 Fitnessgymnastik Herbert Ballettsaal</p> <p>17.00–18.00 Powerfitness FT-Team Gymnastikhalle</p> <p>17.00–18.00 Gehirntraining Ulrike Ballettsaal</p> <p>18.00–19.00 Dehnen Jutta Gymnastikhalle</p> <p>18.00–19.00 Pilates Jürgen Ballettsaal</p> <p>19.00–20.00 Faszien-Pilates Jürgen Ballettsaal</p> <p>19.30–21.00 Gymnastik u. Volleyball Jutta Burdahalle</p>	<p>SAMSTAG 27.4.</p> <p>10.00–12.00 Fitnessgymnastik Jutta Gymnastikstudio</p> <p>17.00–18.00 Zumba® Elisabeth Ballettsaal</p>	<p>SONNTAG 28.4.</p> <p>10.00–12.00 Open Playground Tobias Functional Playground</p> <p>10.30–11.30 Box and Fun Kristin Ballettsaal</p>
---	---	---	--	---	---	---