

Öffnungszeiten des Gesundheits- und Fitnessstudios in den Weihnachtsferien

Montag Heiligabend	10.00–15.00
Dienstag 1. Weihnachtsfeiertag	geschlossen
Mittwoch 2. Weihnachtsfeiertag	10.00–15.00
Montag Sylvester	10.00–15.00
Dienstag Neujahr	geschlossen
Sonntag 6. Januar	10.00–16.00

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 offen. Das heißt, auch Mitglieder ohne Zusatz „Fitness“ haben die Möglichkeit in verschiedenste Fitnessangebote zu schnuppern.



Fit! Auch in den Weihnachtsferien.
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



24.12. – 30.12.2018

30.12.2018 – 6.1.2019

MONTAG 24.12.	DIENSTAG 25.12.	MITTWOCH 26.12.	DONNERSTAG 27.12.	FREITAG 28.12.	SAMSTAG 29.12.	SONNTAG 30.12.
Heiligabend kein Sportprogramm	Weihnachtsfeiertag kein Sportprogramm	Weihnachtsfeiertag kein Sportprogramm	9.00–10.00 Tabatatraining Stella Tischtennishalle 17.00–18.00 Bauch, Beine, Po Valentin Gymnastikhalle 18.00–19.00 Body Workout intensiv Valentin Gymnastikhalle 19.00–20.30 Yoga Mix Laura Ballettsaal	8.45–9.45 Bauch, Beine, Po Stella Gymnastikhalle 17.00–18.00 Uhr Powerfitness Stefan Gymnastikhalle 18.00–19.00 Uhr Dehnen Jutta Gymnastikhalle 18.15–19.15 Uhr Kettlebell-Training Stefan Functional Playground 19.15–20.15 TRX® Power Stefan Functional Playground 19.30–21.00 Gymnastik u. Volleyball Jutta Burdahalle	kein Sportprogramm	kein Sportprogramm
MONTAG 31.12.	DIENSTAG 1.1.	MITTWOCH 2.1.	DONNERSTAG 3.1.	FREITAG 4.1.	SAMSTAG 5.1.	SONNTAG 6.1.
Sylvester kein Sportprogramm	Neujahr kein Sportprogramm	9.15–10.15 Pilates Katja Ballettsaal 10.30–11.30 Salsa Freestyle Katja Ballettsaal 17.00–18.00 Bauch, Beine, Po Valentin Gymnastikhalle 17.00–18.00 Uhr Kettlebell-Training Jenny Functional Playground 18.00–20.00 Open Playground Jenny Functional Playground 18.00–19.00 Body Workout intensiv Valentin Gymnastikhalle	9.00–10.00 Tabatatraining Stella Tischtennishalle 10.00–11.00 Faszien-Pilates Jürgen Ballettsaal 11.00–12.00 Pilates Jürgen Ballettsaal 16.30–18.00 Energie Yoga Laura Gymnastikhalle 17.00–19.00 Qigong u. Tai Chi Li Hong Ballettsaal 19.00–20.00 Fitnessgymnastik 50+ Sabine Ballettsaal	8.45–9.45 Bauch, Beine, Po Stella Gymnastikhalle 10.00–12.00 Funktionsgymnastik Herbert Ballettsaal 17.00–18.00 Powerfitness Jutta Gymnastikhalle 18.00–19.00 Dehnen Jutta Gymnastikhalle 18.00–19.00 Pilates Jürgen Ballettsaal 19.00–20.00 Pilates Jürgen Ballettsaal 19.30–21.00 Gymnastik u. Volleyball Jutta Burdahalle	10.00–12.00 Fitnessgymnastik Jutta Gymnastikstudio	Feiertag kein Sportprogramm