

Körper und Geist im Gleichgewicht
GYMNASTIK WOCHENPLAN 1.HJ 2026 TuS Fortuna 1884 Saarburg e.V. Gymnastikabteilung , Stand Mai 2026

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.30-10.00	-	-	Waldgymnastik I Kammerforst Elisabeth Hill	-	Waldgymnastik II Kammerforst Elisabeth Hill
8.30 -9.30	-	Atem - und Mentaltraining Haus der Vereine AM Cityparkplatz 1 Vera Zillinger	-	-	-
9.45 – 10.45	-	Atem - und Mentaltraining Haus der Vereine AM Cityparkplatz 1 Vera Zillinger	-	-	-
14.00-15.30	-	-	Tanzen 1 mit Kopf und Beinen Haus der Vereine Saarburg Antoinette Beffort Jeden 1. Mittwoch im Monat	-	-

15.45- 17.15	-	-	Tanzen 2 mit Kopf und Beinen Haus der Vereine Saarburg Antoinette Beffort Jeden 1.Mittwoch im Monat	-	-
14.30-17.30	Power-Wandern mit Marion Jeden 1. Montag im Monat Treffpunkt nach Vereinbarung	-	-	-	-
15.30-16.30	Gymnastik GS St. Marien Saarburg-Beurig Friedel Clemens	-	-	-	-
18.00-19.00	-	-	-	Pilates SchulzentrumSaarburg- Beurig Claudia Brandl	-
18.30-20.00	-	-	-	Flow-Yoga Haus der Vereine, Saarburg Ingeborg Hauser	-

18.30-19.30	-	Fit 50+ Schulzentrum Saarburg- Beurig Friedel Clemens	Fit mit Marion SchulzentrumSaarburg- Beurig Marion Göbel	-	-
18.45- 19.45	Fitness-Gymnastik SchulzentrumSaarburg- Beurig Annika Brandl	-	-	-	-
19.00- 20.30	Ashtanga-Vinyasa – Yoga I Haus der Vereine , Saarburg Tania Vermeulen	Ashtanga-Vinyasa _- Yoga II Haus der Vereine Saarburg Tania Vermeulen	-	-	-