

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag						
<b>fitissimo</b> Rehasport/ Orthopädie 09:00 - 10:00 (*37005)	<b>fitissimo</b> Powergymnastik 09:00 - 10:00 (*34004)	<b>fitissimo</b> Zumba 09:00 - 10:00 (*60019)	<b>Langwasser Geiza</b> Haltung & Bewegung durch Ganzkörpertraining 09:00 - 10:00 (*60072)	<b>Langwasser Geiza</b> Haltung & Bewegung durch Ganzkörpertraining 10:00 - 11:00 (*60073)	<b>fitissimo</b> Rehasport/ Orthopädie 09:00 - 10:00 (*37003)	<b>Wacholderweg/Süd</b> Seniorengymnastik 09:30 - 10:30 (34010)	<b>fitissimo</b> Bodyshape 09:00 - 10:00 (34003)	<b>fitissimo</b> Pilates/Babylates 09:00 - 10:00 (*60050)	<b>Sportissimo</b> Body and Mind 08:30 - 09:30 (*60000)	<b>Langwasser Geiza</b> Haltung & Bewegung durch Ganzkörpertraining 09:30 - 10:30 (*60075)	<b>fitissimo</b> Weekend-Special 10:00 - 11:00 (*60028)
	<b>Langwasser Geiza</b> Haltung & Bewegung durch Ganzkörpertraining 09:30 - 10:30 (*60070)	<b>fitissimo</b> Yoga - Harmonie mit Yin und Yang 10:00 - 11:00 (*60008)	<b>Ritterbad</b> Aqua-Gymnastik für Frauen 14:15 - 15:00 (*27050) 15:00 - 15:45 (*27051) 15:45 - 16:30 (*27052)	<b>EWf</b> Aqua-Gymnastik 15:30 - 16:30 (*27053) 16:30 - 17:15 (*27055)	<b>fitissimo</b> Mit Schwung in den Tag 10:00 - 10:45 (34009)	<div style="border: 2px solid gray; border-radius: 50%; padding: 20px; text-align: center; width: fit-content; margin: auto;">                 Informationen zu den Kursinhalten findest Du unter:  <a href="http://www.atv1873frankonia.de">www.atv1873frankonia.de</a> </div>			<b>fitissimo</b> Präventives Gesundheitstraining (Wirbelsäule) 10:00 - 11:00 (*60001)	<b>Langwasser Geiza</b> Haltung & Bewegung durch Ganzkörpertraining 10:30 - 11:30 (*60075)	Termine auf facebook oder auf den Aushängen Geschäftsstelle, fitissimo, Sportissimo
	<b>Langwasser Geiza</b> Haltung & Bewegung durch Ganzkörpertraining 10:30 - 11:30 (*60071)	<b>fitissimo</b> Lauftreff (FunRun) 8 Termine ab 21.04.2020 17:00 - 18:00 (*60011)									
<b>fitissimo</b> Rehasport/ Orthopädie 15:30 - 16:30 (*37007)		<b>Sportissimo</b> Zumba 17:00 - 18:00 (*60029)	<b>Schütt</b> Frauen Power 17:00 - 17:45 (*60010)	<b>Schütt</b> fit & beweglich 17:00 - 17:45 (*60016)							<b>EWf</b> Schwimmen für Frauen - Fortg. 13:30 - 15:00 (*27007)
<b>Hegelschule</b> Gesundheitsorientierte Fitnessgymnastik 16:00 - 16:45 (*60025)	<b>Schütt</b> fit & beweglich 17:00 - 17:45 (*60004)	<b>Pirckheimer</b> Work your Body 17:45 - 19:15 (*60021)	<b>Schütt</b> fit & beweglich 17:45 - 18:30 (*60005)	<b>Südlinikum</b> Aqua-Gymnastik 18:00 - 19:00 (*27056) 19:00 - 20:00 (*27058)	<b>Schütt</b> fit & beweglich 17:00 - 17:45 (*60003)	<b>Dunant-Schule</b> Rundum Fit - Wirbelsäulengymnastik 17:30 - 18:30 (34011)	<b>Schütt</b> fit & beweglich 17:00 - 17:45 (*37002)	<b>Langwasser Geiza</b> Haltung & Bewegung durch Ganzkörpertraining 17:00 - 18:00 (*60074)	<b>fitissimo</b> Rehasport/ Orthopädie 15:30 - 16:30 (*37004)		<b>EWf</b> Schwimmen für Frauen - Fortg. 15:00 - 16:30 (*27008)
<b>Schütt</b> fit & beweglich 17:45 - 18:30 (*60020)	<b>Schütt</b> fit & beweglich 18:00 - 18:45 (*60031)	<b>fitissimo</b> Rehasport/ Orthopädie 17:00 - 18:00 (*37010)	<b>Schütt</b> Konditions-gymnastik 18:00 - 18:45 (*60033)	<b>fitissimo</b> HIIT Workout STRONG by Zumba 18:00 - 19:00 (*60024)	<b>Schütt</b> Rehasport/ Diabetes mellitus 17:45 - 18:45 (*37001)		<b>Schütt</b> Haltung & Bewegung durch Ganzkörpertraining 17:45 - 18:45 (*60027)				<b>EWf</b> Schwimmen für Frauen - Fortg. 16:00 - 17:30 (*27018)
<b>fitissimo</b> Powergymnastik 18:00 - 19:00 (34001)	<b>Regenbogen-schule</b> Damengymnastik 19:00 - 20:00 (34007)	<b>Dunant-Schule</b> Bodyworkout 18:15 - 19:15 (34006)	<b>Schütt</b> Haltung & Bewegung durch Ganzkörpertraining 18:30 - 19:30 (*60006)	<b>St. Leonhard</b> Körper in Balance 18:30 - 19:15 (34008)	<b>Schütt</b> TK Rücken Basic 9 Termine ab 22.04.2020 18:00 - 19:00 (*60082)	<b>St. Leonhard</b> Funktionelle Gymnastik 19:00 - 20:00 (34012)	<b>Schütt</b> fit & beweglich 18:45 - 19:30 (*60012)				
<b>Schütt</b> Haltung & Bewegung durch Ganzkörpertraining 18:30 - 19:30 (*60002)	<b>Schütt</b> fit & beweglich 19:30 - 20:15 (*60041)	<b>Pestalozzi</b> AquaFit 19:00 - 20:00 (*27001) 20:00 - 21:00 (*27005)	<b>Schütt</b> Konditions-gymnastik 19:00 - 19:45 (*60034)	<b>fitissimo</b> Pound rockout.workout. 19:15 - 20:15 (*60023)	<b>Schütt</b> fit & beweglich 18:45 - 19:30 (*60013)			<b>fitissimo</b> Zumba 19:30 - 20:30 (*60007)	<b>Pirckheimer</b> Fitness-kombistunde 20:00 - 21:00 (34014)		
<b>fitissimo</b> Slingtraining 19:00 - 20:00 (*60054)		<b>Dunant-Schule</b> Yoga 19:15 - 20:00 (*60018)	<b>Schütt</b> Konditions-gymnastik 19:30 - 20:15 (*60026)	<b>Pirckheimer</b> Yoga 19:30 - 21:00 (*60009)	<b>Schütt</b> fit & beweglich 19:30 - 20:15 (*60014)	<b>Pirckheimer</b> Step-Aerobic & Bodystyling 20:00 - 21:30 (*60022)		<b>fitissimo</b> Core Training 20:30 - 21:30 (*60015)	<b>Pirckheimer</b> Männergymnastik Preilball 20:00 - 22:00 (34005)		

**NEU**

Kurse der Abteilung Fitness & Gesundheit sind auch ohne Mitgliedschaft buchbar.

Kostenfreie Schnupperstunde und Einstieg jederzeit möglich!



Präventionskurse werden von den Krankenkassen bezuschusst

- Abteilung Fitness & Gesundheit
- Rehasport
- Abteilung Turnen & Gymnastik
- Abteilung Schwimmen & Aquasport

**Sportzentrum Wacholderweg Sportzentrum Süd**  
Wacholderweg 25, 90441 Nürnberg  
**fitissimo Fitnessstudio**  
Willstätterstraße 30, 90449 Nürnberg

**Sportissimo Kinderbewegungshaus**  
Elsa-Brändström-Straße 52, 90431 Nbg  
**Sporthalle Insel-Schütt-Schule**  
Hintere Insel Schütt 5, 90403 Nürnberg  
**Sporthalle Hegelschule**  
Neue Hegelstraße 17, 90409 Nürnberg

**Sporthalle St. Leonhard-Schule**  
Schweinauer Straße 20, 90439 Nbg  
**Sporthalle Regenbogenschule**  
Regenbogenstraße 73, 90469 Nürnberg  
**Sporthalle Henry-Dunant-Schule**  
Dunantstraße 10, 90431 Nürnberg

**Sporthalle Pirckheimer-Gymnasium**  
Gibitzenhofstraße 151, 90443 Nürnberg  
**Langwasser Kinder- und Jugendhaus Geiza**  
Glogauer Straße 56, 90473 Nürnberg

**Schwimmhalle EW-Fakultät**  
Regensburger Straße 160, 90478 Nbg  
**Schwimmhalle Langwasserbad**  
Breslauer Straße 251, 90471 Nürnberg  
**Schwimmhalle Pestalozzi**  
Pestalozzistraße 25, 90429 Nürnberg

**Schwimmhalle Ritterbad**  
Findelwiesenstraße 21, 90478 Nürnberg  
**Schwimmhalle Südlinikum**  
Süd Breslauer Straße 201, 90471 Nbg