DAS FITNESS

Gemeinsam aktiv. Zusammen stark.

Turn- und Sportfreunde Ditzingen 1893 e.V.

GroupFitness

November 2026

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
Ganzkörper-Workout *Forum* 10.00-11.00 Uhr Krupa		**Rückenfit** *Halle* 8.00-9.00 Uhr Carmen			
		Yoga für Senior*innen *Forum* 10.30-11.30 Uhr Krupa		**Ganzkörper-Workout** *Halle* 9.00-10.00 Uhr Diana	**PowerYoga mts Pilates** *Forum* 10.30-11.30 Uhr Krupa
SoloDance (Zumba Anfänger) *Halle* 17.00-18.00 Uhr Ayse und Blandyna	**Zumba®** *Halle* 18.00-19.00 Uhr Ayse	**Functional Zirkel** *Halle* 18.00-19.00 Uhr Kevin	**Hatha-Yoga** *Forum* 18.30-19.30 Uhr Biliana	**Balance** *Forum* 17.30-18.30 Uhr Silvie	
SoloDance - Mix *Halle* 18.00-19.00 Uhr Kathrin	**Bodystyling/Power Core** *Halle* 19.00-20.00 Uhr Silvie	**Hatha/Ashtanga Yoga** *Forum* 18.15-19.15 Uhr Charlotte	**Zumba®** *Halle* 18.30-19.30 Uhr Ayse	**Pilates & More** *Forum* 19.00-20.00 Uhr Mela	
Faszienpilates *Halle* 19.00-20.00 Uhr Diana	**FitMix** *Halle* 20.00-21.00 Uhr Mela		**Cardio Mix** *Halle* 19.30-20.30 Uhr Silvie		
Bodyfit *Halle* 20.00-21.00 Uhr Martina H.					

Alle Kurse für GroupFitness 10er Karte und 12-Monatsvertrag KOMBI (inkl. Fitnessstudio)
10er Karte: 105 €, ermäßigt 95 €
12-Monatsvertrag KOMBI: 55 € monatlich / 660 € gesamt (ermäßigt: 50 € monatlich / 600 € gesamt)

Aktuelle Infos im WhatsApp-Kanal, unter das-fitness.de und im Fitness.
Änderungen vorbehalten.