

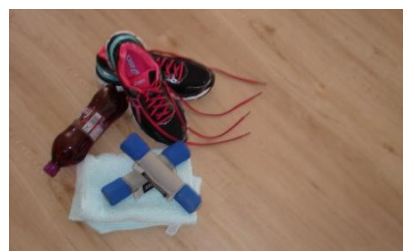
# Torturi e. V.

## Programm von September bis Dezember 2019

Liebe Torturi-Mitglieder,

unsere Stunden starten ab sofort immer um 19:00 Uhr. Die Anfangszeit haben wir nach dem Ergebnis unserer Umfrage dazu geändert.

Wir starten auch dieses Jahr mit Power und Entspannendem in die Herbst- und Wintersaison.



September 2019					
DIENSTAG			MITTWOCH		
10.09.	Line Dance	Andrea Wohlfarth	11.09.	Faszien-Training	Martina Lebesmühlbacher
17.09.	Line Dance	Andrea Wohlfarth	18.09.	Faszien-Training	
24.09.	Line Dance	Andrea Wohlfarth	25.09.	Faszien-Training	

Oktober 2019					
DIENSTAG			MITTWOCH		
1.10.	Line Dance	Andrea Wohlfarth	2.10.	Faszien-Training	Martina Lebesmühlbacher
8.10.	Line Dance	Andrea Wohlfarth	9.10.	Faszien-Training	
15.10.	Yoga	Monika Bauer	16.10.	Stepp-Aerobic	Gisela Stier
22.10.	Yoga	Monika Bauer	23.10.	Stepp-Aerobic	Gisela Stier
29.10.	Yoga	Monika Bauer	30.10.	Stepp-Aerobic	Gisela Stier

**17.10.** Vorstandsschaftssitzung um 19:30 Uhr bei Elfriede in Fuchsberg

November 2019					
DIENSTAG			MITTWOCH		
5.11.	Yoga	Monika Bauer	6.11.	Schigymnastik	Gisela Stier
12.11.	Yoga	Monika Bauer	13.11.	Schigymnastik	Gisela Stier
19.11.	Figur-Fit	Michaela Baier	20.11.	Schigymnastik	Gisela Stier
26.11.	Figur-Fit	Michaela Baier	27.11.	Schigymnastik	Gisela Stier

**8.11.** Jahreshauptversammlung um 19:30 Uhr im Gasthaus Lang in Fuchsberg

Dezember 2019					
DIENSTAG			MITTWOCH		
3.12.	Figur-Fit	Michaela Baier	4.12.	Schigymnastik	Gisela Stier

Macht immer wieder Spaß!

Als Zusatzangebot haben wir donnerstags „Jumping“ im Programm. Diese Stunden finden im Fitnessstudio DailyFit in Oberviechtach von 18:00 bis 19:00 Uhr statt. Da nur maximal 6 Teilnehmerinnen möglich sind, ist eine Anmeldung bei Elfriede Kraus (09671 2969) erforderlich. Bitte beachtet dazu auch die Informationen in der Tagespresse und auf unserer Website:

**[www.torturi-teunz.de](http://www.torturi-teunz.de)**