

KURSPLAN GYMNASTIK / FITNESS



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
V O R M I T T A G		10:00-11:00 Rücken Fit mit Uwe SVR-Halle	10:00-11:00 Senioren Fit Frauen mit Tanja SVR-Halle		
			11:00-12:00 Senioren Fit gemischte Gruppe mit Tanja SVR-Halle		
N A C H M I T T A G	18:00-19:00 Rücken Fit mit Uwe Halle Grundschule			18:30-19:30 Wirbelsäulengymnastik mit Angelika Halle Grundschule	
	19:00-20:00 BBP mit Tanja SVR-Halle	19:00-20:00 Sanfte Fitness mit Kriemhild Halle Grundschule	19:00-20:00 Pilates mit Anja SVR-Halle	19:00-20:00 Power Yoga mit Petra SVR-Halle	19:30-20:30 Dance Fitness mit Claudia Turnhalle Grundschule
			19:00-20:00 Fitness Mix mit Kim Halle Grundschule		

Stand: 15.12.2020