

Ferienplan vom 08.04. - einschl. 18.04.2019

Montag, 08.04.2019

09.00 - 10.00 Uhr	Nordic Walken	
09.00 - 10.00 Uhr	Wirbelsäulen-Funktionsgymn.	Gymn.-Raum
17.00 - 18.00 Uhr	Bodystyling	Halle II
18.00 - 19.00 Uhr	Wirbelsäulen-Funktionsgymn.	Gymn.-Raum
18.00 - 19.00 Uhr	Zumba	Halle I

Dienstag, 09.04.2019

09.00 - 10.00 Uhr	Wirbelsäulen-Funktionsgymn.	Gymn.-Raum
10.00 - 11.00 Uhr	Herzsport	Halle I
16.15 - 17.15 Uhr	Wirbelsäulen-Funktionsgymn.	Gymn.-Raum
18.00 - 19.00 Uhr	BBPR	Halle I
19.15 - 20.15 Uhr	DeepWork	Halle I

Mittwoch, 10.04.2019

09.00 - 10.00 Uhr	Nordic-Walken	
10.15 - 11.15 Uhr	Wirbelsäulen-Funktionsgymn.	Gymn.-Raum
17.00 - 18.00 Uhr	Herzsport	Halle I
18.00 - 19.00 Uhr	Herzsport	Halle I

Donnerstag, 11.04.2019

09.00 - 10.00 Uhr	Wirbelsäulen- Funktionsgym.	Gymn.-Raum
09.15 - 10.15 Uhr	Zumba gold	Halle I
15.30 - 16.30 Uhr	Wirbelsäulen- Funktionsgym.	Gymn.-Raum
18.00 - 19.00 Uhr	Wirbelsäulen- Funktionsgym.	Gymn.-Raum
19.00 - 20.00 Uhr	Bodystyling	Halle I
20.00 - 21.00 Uhr	BBPR	Halle I

Freitag, 12.04.2019

09.00 - 10.00 Uhr	Wirbelsäulen- Funktionsgym.	Gymn.-Raum
10.15 - 11.15 Uhr	E-K-T	Halle I

Montag, 15.04.2019

09.00 - 10.00 Uhr	BBPR	Halle I
10.15 - 11.15 Uhr	Wirbelsäulen-Funktionsgymn.	Gymn.-Raum
17.00 - 18.00 Uhr	BBPR	Halle I
18.00 - 19.00 Uhr	Wirbelsäulen-Funktionsgymn.	Gymn.-Raum
18.00 - 19.00 Uhr	NIA	Halle I
19.00 - 20.00 Uhr	Zumba	Halle I
20.15 - 21.15 Uhr	DeepWork	Halle I

Dienstag, 16.04.2019

09.00 - 10.00 Uhr	Wirbelsäulen-Funktionsgymn.	Gymn.-Raum
10.00 - 11.00 Uhr	Herzsport	Halle I
16.15 - 17.15 Uhr	Wirbelsäulen-Funktionsgymn.	Gymn.-Raum
18.00 - 19.00 Uhr	Step-Aerobic	Halle I
19.00 - 20.00 Uhr	Bodystyling	Halle I
20.00 - 21.00 Uhr	BBPR	Halle I

Mittwoch, 17.04.2019

09.00 - 10:00 Uhr	NIA	Halle I
10.15 - 11.15 Uhr	Wirbelsäulen-Funktionsgymn.	Gymn.-Raum
10.15 - 11.15 Uhr	Senioren-sport / Hockergymn.	Halle II
17.00 - 18.00 Uhr	Herzsport	Halle I
18.00 - 19.00 Uhr	Herzsport	Halle I
19.00 - 20.00 Uhr	Fitness für Männer	Halle I
19.15 - 20.15 Uhr	BBPR	Halle II

Donnerstag, 18.04.2019

09.00 - 10.00 Uhr	Wirbelsäulen- Funktionsgym.	Gymn.-Raum
09.15 - 10.15 Uhr	Zumba gold	Halle I
18.00 - 19.00 Uhr	Wirbelsäulen- Funktionsgym.	Gymn.-Raum
19.00 - 20.00 Uhr	BBPR	Halle I
20.00 - 21.00 Uhr	Aerofighting	Halle I

Am Dienstag, den 23.04.2019 bleibt die Halle geschlossen!!!!!!!