



Kursplan Mo.17.07 - Di. 29.08.2017

Sommerferien 2017

Stand: Juli 2017



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8:30 - 9:30 Fit bis ins hohe Alter	8:15 - 9:15 BOP	9:30 Spielgruppe	8:30 - 9:30 Fit bis ins hohe Alter	
* 9:30 - 10:30 Pilates für Frauen 50+	9:15 - 10:15 Freies Laufen auf eigene Gefahr, Outdoor / ohne ÜL	9:30 - 10:30 Active gegen Osteoporose		18:00 Lauf Treff Outdoor Anfänger * Fortgeschritten
11:00 - 11:45 Wassergymnastik im Vitalis Bad	09:15 - 10:15 Sport für Mannslö	16:00 - 17:00 Bambini Kinderturnen ab 3J.	16:00 - 17:00 Kids II Kindertanz ab 5J.	
	18:15 - 19:15 Rückentraining/Männer sanft und effektiv		17:00 - 18:00 Kids III Kindertanz ab 9J.	Samstag 14:00 Volleyball
19:30 - 20:30 Blind Workout	19:15 - 20:15 Rücken&Geist in Harmonie Männer	18:00 - 19:00 akti V Gymnastik	18:00 - 19:00 ZumParty Kids Kinder ab 10J.	Kurzfristige Änderungen möglich! Bitte Aushänge beachten!
	* 19:00 - 20:00 HOT IRON™	19:00 - 20:00 ZumParty	* 18:00 - 19:00 HOT IRON™ vs. blind workout	*Zusatz-Beitrag
			19:30 - 20:30 Rücken& Geist in Harmonie junge Frauen von 16-30 Jahre	

fällt in den Ferien aus

nach Absprache - je nach Teilnehmerzahl

33 / 34 Kw kein Kurs