

Tag	Datum	Uhrzeit	Angebot	ÜL	Raum
<b>Mo</b>	<b>03.08</b>				
Ferienspiele- vormittags keine Angebote					
		17.00-18.00	KAHA*	Gaby	<b>Gym 2</b>
		19.00-20.00	Pilates*	Steffi	<b>Gym 2</b>
		20.00-21.00	Cross Workout	Marius	Gym 2
		19.00-20.00	Zumba	Dany	Haus Nidda Saal
<b>Die</b>	<b>04.08.</b>	17.00-18.00	Zumba Gold	Gaby	<b>Gym 2</b>
		17.00-18.00	Fitgym 50+	Maria	<b>Gym 2</b>
		18.00-19.00	Wirbelsäulengymnastik	Maria	Gym 2
		19.00-20.00	Fitnessgymnastik BBP	Maria	Gym 2
<b>Mi</b>	<b>05.08.</b>	09.30-11.00	Bodystyling	Conny	Gym 2
		11.00-12.00	Demenzgruppe	Conny	Gym 3
		19.00-20.00	Fitnessgymnastik Frauen	Maria	Gym 2
		20.00-21.30	Yoga*	Dagmar	<b>Gym 2</b>
<b>Do</b>	<b>06.08.</b>	09.00-10.30	Fitbalance	Conny	<b>draußen</b>
		09.30-11.00	Yoga*	Kannan	<b>Gym 2</b>
		11.00-12.00	Seniorengymnastik	Conny	Gym 2
Ferienspiele-abends keine Angebote					
<b>Fr</b>	<b>07.08</b>	17.00-18.00	Tabata Training	Patricia	Gym 2
<b>So</b>	<b>09.08.</b>	10.00-11.30	Yoga*	Tanja/Dagmar	<b>Gym 2</b>

6. Woche

Schwimmbad Nieder Eschbach (bei geeignetem Wetter und m. Vereinsbescheinigung)

<b>Die</b>	<b>28.07.</b>	18.30-19.15 Uhr	Aqua Fit
<b>Mi</b>	<b>29.07.</b>	18.30-19.15 Uhr	Aqua Zumba

Campus Riedberg, Max-von-Laue-Straße 9 (an der Sportbox)

<b>Mi</b>	<b>29.07.</b>	18.30-19.30 Uhr	Rückenfit	Carmen
-----------	---------------	-----------------	-----------	--------