

6. Woche	Tag	Datum	Uhrzeit	Angebot	ÜL	Raum
	Mo	11.08.				
	Ferienspiele- vormittags keine Angebote					
			17.00-18.00	KAHA*	Gaby	Gym 2
			18.00-19.00	Wirbelsäulengymnastik*	Tina	Gym 2
			19.00-20.00	Pilates*	Steffi	Gym 2
			20.00-21.00	Cross Workout	Patricia	Gym 2
			19.00-20.00	Zumba	Dany	Haus Nidda Saal
	Die	12.08.	17.00-18.00	Zumba Gold	Gaby	Gym 2
			20.00-21.00	Core Training	Patricia	Gym 2
			18.00-19.00	Rückenfit	Maria	Gym 2
			19.00-20.00	Fitnessgymnastik BBP	Maria	Gym 2
			20.00-21.00	Drums Alive	Jürgen	Gym 2
	Mi	13.08.	09.30-11.00	Bodystyling	Conny	Gym 2
			11.00-12.00	Demenzgruppe	Conny	Gym 3
			18.00-19.00	PilaBox	Tina	Gym 2
			19.00-20.00	Fitnessgymnastik Frauen	Tina	Gym 2
			20.00-21.30	Yoga*	Dagmar	Gym 2
	Do	14.08.	09.00-10.30	Fitbalance	Conny	draußen
			09.30-11.00	Yoga*	Kannan	Gym 2
			11.00-12.00	Seniorengymnastik	Conny	Gym 2
	Ferienspiele-abends keine Angebote					
	Fr	15.08.	17.00-18.00	Tabata Training	Patricia	Gym 2
			18.00-19.00	Fitnessgymnastik	Patricia	Gym 2
	So	17.08.	10.00-11.30	Yoga*	Janina (noch offen)	Gym 2

•*= Stunden mit Zusatzbeitrag

•Jeden Dienstag, Aqua Fitness, 18.30 Uhr und Mittwoch Aqua Zumba, 18.30 Uhr, im Schwimmbad Nieder-Eschbach (je nach Wetter).