

Tag	Datum	Uhrzeit	Angebot	ÜL	Raum		
3. Woche	Mo	29.07.	09.45-10.45	Body Light Workout	Maria	Gym 2	
			11.00-12.00	Seniorengymnastik	Maria	Gym 2	
				17.00-18.00	KAHA*	Gaby	Gym 1
				18.00-19.00	PilaBox	Tina	Gym 1
				18.00-19.00	Wirbelsäulengymnastik*	Maria	Gym 2
				19.00-20.00	Pilates*	Steffi	Gym 1
				19.00-20.00	Flexibar Fitness	Djura	Gym 2
				19.00-20.00	Zumba	Maria	Schulhofl
		Die	30.07.	17.00-18.00	Zumba Gold	Gaby	Gym 1
	18.00-19.30			Yoga*	Dagmar	Gym 1	
	18.00-19.00			Rückenfit	Maria	Gym 2	
	19.00-20.00			Fitnessgymnastik BBP	Maria	Gym 2	
	Mi		31.07.	09.30-11.00	Bodystyling	Conny	Gym 2
			10.00-11.00	Zumba Gold	Kim	Gym 1	
			11.00-12.00	Demenzgruppe	Conny	Gym 3	
			19.00-20.00	Fitnessgymnastik Frauen	Tina	Gym 2	
			20.00-21.30	Yoga*	Dagmar	Gym 1	
			18.00-19.00	Pilabox	Tina	Gym 1	
			19.00-20.00	Zumba	Fatma	Gym 1	
	Do	01.08.	09.00-10.30	Fitbalance	Conny	Gym 2	
			10.30-11.30	Seniorengymnastik	Conny	Gym 2	
			18.00-19.00	Zumba Gold	Gaby	Gym 1	
			19.00-20.00	Pilates*	Steffi	Gym 1	
			19.00-20.00	Fitnessgymnastik	Elisa	Gym 2	
	Fr	02.08.	17.00-18.00	Tabata Training	Maria	Gym 2	
			18.00-19.00	Fitnessgymnastik	Maria	Gym 2	
	So	04.08.	10.00-11.30	Yoga*	Janina/Dagmar	Gym 1	

*= Stunden mit Zusatzbeitrag

Jeden Mittwoch: **Aqua Zumba**, 18.30 Uhr, im Schwimmbad Nieder-Eschbach.