

Ferienplan Gymnastikhalle

Vom 24.12.2018 bis 01.01.2019 ist die Gymnastikhalle geschlossen

Diese Stunden finden vom 03.-11.01. statt

Tag	Zeit	Stunde	ÜI	Raum
Mittwoch, 2.01.	17.00-18.00	Tänzerische Früherziehung	Tanja	2
Donnerstag, 3.01.	19.00-20.00	Pilates	Steffi	2
	20.00-21.00	Wirbelsäulengymnastik	Steffi	2
	19.00-20.00	Fitnessgymnastik	Dany	1
	20.00-21.00	Kurs Jumping (nur mit Anmeldung)	Dany	1
Freitag, 4.01.	17.00-20.00	Urban Dance Freies Training	Dario/Miriam	2

Tag	Zeit	Stunde	ÜI	Raum
Montag, 7.01	11.00-12.00	Mama fit – Baby mit	Sanita	1
	19.00-20.00	Pilates	Steffi	1
	18.00-19.00	Wirbelsäulengymnastik	Sanita	2
	19.00-20.00	Flexibar	Sanita	2
	20.00-21.00	Bodyfit	Anna	2
	11.00-12.00-	Bewegungsgruppe <small>f. Menschen mit Demenz</small>	Fr. Hasbach	3
Dienstag, 8.01.	09.30-10.30	Walking	Sanita	
	10.30-11.30	Gymnastik & Stretching	Sanita	2
	18.00-19.30	Yoga	Iris	1
	19.00-20.00	Fitnessgymnastik BBP	Maria	2
Mittwoch, 9.01.	11.00-12.00	Mama Fit - Baby mit	Sanita	1
	20.00-21.30	Yoga	Iris	1
	17.00-18.00	Tänzerische Früherziehung	Tanja	2
	19.00-20.00	Frauenfitnessgymnastik	Julia	2
	20.00-21.00	Power Fitness	Julia	2
Donnerstag, 10.01.	09.30-11.00	Yoga	Katrin	1
	18.00-19.00	Zumba Toning	Yael	1
	19.00-20.00	Pilates	Steffi	1
	20.00-21.00	Kurs Jumping (nur mit Anmeldung)	Dany	1
	18.00-19.00	Faszienfitness	Sanita	2
	19.00-20.00	Fitnessgymnastik	Sanita	2
Freitag, 11.01.	09.00-10.00	Zumba	Yael	1
	10.00-11.00	Zumba Toning	Yael	1
	09.30-11.00	Gymnastik light	Sanita	2
	17.00-20.00	Urban dance Freies Training	Dario/Miriam	2