

Angebote Gymnastik während der Sommerferien 2018

(Sommerprogramm)

Trainingstag	Uhrzeit	Angebot	Trainer	Hinweis
Montag	17.00 bis 18.00 Uhr -	Fit und fröhlich	Angela	Sommerpause bis 18.08.
	18.00 bis 19.00 Uhr -	Step-Aerobic	Angela	Sommerpause bis 18.08.
	19.00 bis 20.00 Uhr -	Rückenschule	Angela	Sommerpause bis 18.08.
	20.00 bis 21.00 Uhr -	Body-fit	Angela	Sommerpause bis 18.08.
Dienstag	18.00 bis 19.00 Uhr -	Herzsport	Sabine	10.+17.07. urlaubsbedingt <u>kein</u> Herzsport sonst durchgehend
	19.00 bis 20.00 Uhr -	Pilates	Elke	findet durchgehend statt
	20.00 bis 21.00 Uhr -	Yoga	Anja	findet durchgehend statt, mit Ausnahme 10.07. (urlaubsbedingt)
Mittwoch	18.00 bis 19.30 Uhr -	Bauch-Beine-Po	Daniela	Urlaub 23.07. bis 12.08.
	19.30 bis 20.30 Uhr -	Zumba	Daniela	Urlaub 23.07. bis 12.08.
Donnerstag	15.00 bis 16.00 Uhr -	Seniorengymnastik	Dagmar	Sommerpause bis 18.08.
Freitag	10.00 bis 11.00 Uhr –	Yoga	Elke	findet durchgehend statt
	17-00 bis 18.00/18.30 Uhr	Felix Spezial	Felix	findet durchgehend statt
Samstag	08.30 bis 09.30 Uhr	Morning-Yoga	Anja	findet durchgehend statt, mit Ausnahme 30.06., 21. + 28.07. (urlaubsbedingt)