

Sommerferienplan 2018

Vom 16.07. bis 05.08.2018 findet eingeschränkter Sportbetrieb statt:

Montag

13:30-14:30 Uhr	Lungensport
18:00-19:00 Uhr	Walking
18:00-20:00 Uhr	Herzsport
18:00-20:00 Uhr	Ju-Jutsu
20:00-21:00 Uhr	Fitness-Gymnastik

Dienstag

09:00-11:00 Uhr	Lungensport
15:00-17:00 Uhr	Kinderturnen
19:00-20:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik
20:00-21:15 Uhr	Fitness-Gymnastik
21:15-22:30 Uhr	Freizeitfußball

Mittwoch

09:45-10:45 Uhr	Fitness-Gymnastik
10:30-11:30 Uhr	Gymnastik für Ältere
18:00-19:00 Uhr	Fitness Gymnastik
18:00-19:00 Uhr	Total Body Conditioning
19:00-20:00 Uhr	Bodystyling
20:00-22:00 Uhr	Tischtennis
20:00-22:00 Uhr	Jazz- und Moderndance

Donnerstag

15:00-17:00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen
17:00-18:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik
19:00-20:00 Uhr	Bauch & Stretch Int.
19:30-22:00 Uhr	Prellball
20:00-22:00 Uhr	Ju-Jutsu

Freitag

09:00-10:00 Uhr	Walking
10:00-11:00 Uhr	Aktiv bis 100
19:00-20:00 Uhr	Zirkeltraining
20:00-22:00 Uhr	ATU / Prellball

Samstag

15:00-16:30 Uhr	Ju-Jutsu
20:00-21:00 Uhr	Line Dance

Sonntag

17:45-19:00 Uhr	Tanzkreis
-----------------	-----------

Wir wünschen Ihnen schöne Sommerferien!