

<b>Montag</b>			
Langhantelfitness	17:30-18:30 Uhr	Simone	Gymnastikhalle
Zumba	18:45-19:45 Uhr	Stephanie	Gymnastikhalle
Multi-Mix	20:00-21:00 Uhr	Iris	Gymnastikhalle
<hr/>			
<b>Dienstag</b>			
Yoga	10:15-11:45 Uhr	Birgit	Gymnastikhalle
Wirbelsäulengymnastik	17:30-18:30 Uhr	Henrike	Gymnastikhalle
Intervall	17:30-18:30 Uhr	Simone	Mehrzweckraum
Wirbelsäulengymnastik	18:45-19:45 Uhr	Henrike	Gymnastikhalle
Pilates	18:45-19:45 Uhr	Susanne	Mehrzweckraum
Step-Aerobic	18:15-19:15 Uhr	Katja	Outdoor
Multi-Mix	20:00-21:00 Uhr	Susanne	Gymnastikhalle
<hr/>			
<b>Mittwoch</b>			
Multi- Mix	09:00-10:00 Uhr	Belinda	Mehrzweckraum
Wirbelsäulengymnastik	09:00-10:00 Uhr	Marion	Gymnastikhalle
Wirbelsäulengymnastik	10:15-11:15 Uhr	Marion	Gymnastikhalle
Qi Gong & Tai Chi	10:15-11:45 Uhr	Gerd	Mehrzweckraum
Sitzgymnastik	15:30-16:30 Uhr	Birgit	Gymnastikhalle
Wirbelsäulengymnastik	17:00-18:00 Uhr	Birgit	Mehrzweckraum
Multi-Mix	17:30-18:30 Uhr	Iris	Gymnastikhalle
Langhantelfitness	18:45-19:45 Uhr	Simone	Gymnastikhalle
Fit in den Sommer	19:00-20:00 Uhr	Walter	Sporthalle
<hr/>			
<b>Donnerstag</b>			
Fit for Fun	09:00-10:00 Uhr	Birgit	Gymnastikhalle
Fit ab 60	11:00-12:00 Uhr	Astrid	Gymnastikhalle
Intervall	17:30-18:30 Uhr	Simone	Gymnastikhalle
Taekwon Aerobic	17:30-18:30 Uhr	Katja	Mehrzweckraum
Zumba	18:45-19:45 Uhr	Stephanie	Gymnastikhalle
Yoga	18:45-19:45 Uhr	Maria	Mehrzweckraum
<hr/>			
<b>Freitag</b>			
Multi-Mix	09:00-10:00 Uhr	Anja	Gymnastikhalle
Sitzgymnastik	09:00-10:00 Uhr	Henrike	Mehrzweckraum
Erlebnistanz	10:00-11:30 Uhr	Petra	Gymnastikhalle
Langhantelfitness	17:30-18:30 Uhr	Simone	Gymnastikhalle
<hr/>			
<b>Samstag</b>			
Yoga	10:15-11:45 Uhr	Kerstin	Gymnastikhalle