

Plan Sportstunden Start 07. Juni 2021

Dieser Plan gilt zunächst bis zu den Sommerferien, weitere Infos folgen dann durch die Gruppen vor Ort. Es kann auch noch Änderungen geben, diese werden wir auf der Homepage veröffentlichen.

Für die nachfolgenden Stunden fallen in den ersten Stunden KEINE Kursgebühren an, und es muss keine Anmeldung vorgenommen werden.

Montag:

- RehaGruppe 09:15 Uhr Manuela OaSE I
- RehaGruppe 10:15 Uhr Manuela OaSE I
- RehaGruppe 16:00 Uhr Gaby OaSE I (**Start erst 28.06.**)
- RehaGruppe Birgit **18:00 Uhr** OaSE I (**nur eine Gruppe**)
- Perfect Body Toning/Aerobik Mix 19:00 Uhr Gymnastikraum

Dienstag:

- WSG Claudia 8:15 Uhr OaSE I
- Reha Claudia 10:30 Uhr OaSE I
- Fitness Claudia 18:15 Uhr **Draußen Wiese Gymnastikraum**

Mittwoch:

- Fit bis ins hohe Alter 8:30 Uhr OaSE I
- RehaGruppe Manuela 9:30 Uhr OaSE I
- Aroha Ina 10:15 Uhr **Draußen, Wiese vorm Gymnastikraum**
- Pilates Fernanda 16:30/17:30 Uhr **Draußen, Wiese (Start erst 16.6.)**
- Fitness Birgit (**Nur 18 Uhr !!**) **Draußen Treffen an der Sporthalle**
- Rückenschule Ina (**Nur 18:30 Uhr !!!**) OaSE I (**Start erst 23.06.!**)
- RehaStunde Ina 19:45 Uhr OaSE I (**Start erst 23.06.**)

Donnerstag:

- Fitness Claudia 9:00 Uhr **Draußen Treffen OaSE I**
- Faszientraining Ina 16:00 Uhr OaSE I
- Pilates Veronika 18:30 Uhr **Draußen Wiese Gymnastikraum**
- Yoga Veronika 19:30 Uhr **Draußen Wiese Gymnastikraum**

Freitag:

- Fitness Claudia 9:00 Uhr **Draußen (Start erst 25.06.)**
- Aroha Ina 18:30 Uhr **Draußen, Treffen OaSE I**