

06.05.2024	07.05.2024	08.05.2024	09.05.2024	10.05.2024	11.05.2024
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Morgenyoga ★ 09.00 Uhr - 10.15 Uhr <i>Tina K.</i> Yogaraum im Vereinsheim	Rücken Aktiv 09.00 - 10.00 Uhr <i>Angela P.</i> Kleine Schwentinehalle	Aqua-Fitness ★ 08.00 - 09.00 Uhr <i>Belinda R.</i> Lehrschwimmbecken - ALS		Fitness 09.00 Uhr - 10.00 Uhr <i>Jasmin J.</i> Kleine Schwentinehalle	Zumba 10.00 Uhr - 11.00 Uhr <i>Olesya R.</i> Schulturnhalle - ALS
		Trittsicher 14.00 Uhr - 15.00 Uhr <i>Dieter H.</i> Kleine Schwentinehalle		Fit ab 60 10.00 Uhr - 11.00 Uhr <i>Jasmin J.</i> Kleine Schwentinehalle	
	Zumba 17.00 Uhr - 18.00 Uhr <i>Tina S.</i> Kleine Schwentinehalle	Outdoor Fitness 17.00 Uhr - 18.00 Uhr <i>Martina E.</i> Schulturnhalle - ALS		Fit ab 60 19.15 Uhr - 20.45 Uhr <i>Klaus K.</i> Schulturnhalle - ALS	
Zumba Gold 17.00 Uhr - 18.00 Uhr <i>Mirela B.</i> Kleine Schwentinehalle	Walking 18.00 Uhr - 19.00 Uhr <i>Ruth S.</i> Treffen - Schulhof ALS		Motion Freude 17.00 Uhr - 18.00 Uhr <i>Sebastian W.</i> Kleine Schwentinehalle	Walking 18.00 Uhr - 19.00 Uhr <i>Ruth S.</i> Treffen - Schulhof ALS	
Steptanz 17.30 - 18.30 Uhr <i>Anja S.</i> ALS - Vorschulraum	Nordic Walking Intervall 18.00 Uhr - 19.00 Uhr <i>Tanja L.</i> Treffen - Schwentinehalle	Bauch Balance 18.00 Uhr - 19.00 Uhr <i>Angela Z.</i> Schulturnhalle - ALS			
Body Workout 18.00 Uhr - 19.00 Uhr <i>Angela P.</i> Kleine Schwentinehalle	After Work 19.00 Uhr - 20.00 Uhr <i>Anja S.</i> Kleine Schwentinehalle				
	BBPR 19.00 Uhr - 20.00 Uhr <i>Angela Z.</i> Schulturnhalle - ALS	Antara 19.00 Uhr - 20.00 Uhr <i>Angela Z.</i> Schulturnhalle - ALS			
		Reifen Fit ★ 19.00 Uhr - 20.00 Uhr <i>Sebastian W.</i> Kleine Schwentinehalle			
		Zumba 20.00 Uhr - 21.00 Uhr <i>Katharina H.</i> Kleine Schwentinehalle			

Wichtiger Hinweis:

Für die Teilnahme an den Kursangeboten mit einem Sternensymbol, ist eine Anmeldung über das Icon **'Anmeldung'** erforderlich.

Alle anderen Kurse können wie gewohnt ohne Voranmeldung besucht werden.

Nichtmitglieder sind in allen Kursen zum Schnuppern herzlich eingeladen.

Viel Freude bei den Kursen!

Eure Abteilung Fitness & Gesundheit