

22.07.2024

Montag

23.07.2024

Dienstag

24.07.2024

Mittwoch

25.07.2024

Donnerstag

26.07.2024

Freitag

27.07.2024

Samstag

**Rücken Aktiv**

09.00 - 10.00 Uhr

Angela P.

Kleine Schwentinehalle

**Zumba**

10.00 Uhr - 11.00 Uhr

Olesya R.

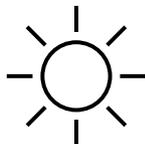
Schulturnhalle - ALS

**Nordic Walking**

10.00 Uhr - 11.00 Uhr

Dieter H.

Treffen - Schwentinehalle



**Outdoor Fitness**

17.00 Uhr - 18.00 Uhr

Martina E.

Schulturnhalle - ALS

**Zumba Gold**

17.00 Uhr - 18.00 Uhr

Mirela B.

Kleine Schwentinehalle

**Walking**

18.00 Uhr - 19.00 Uhr

Ruth S.

Treffen - Schulhof ALS

**Walking**

18.00 Uhr - 19.00 Uhr

Ruth S.

Treffen - Schulhof ALS

**Motion Freude**

17.00 Uhr - 18.00 Uhr

Sebastian W.

Kleine Schwentinehalle

**Rücken Aktiv**

19.00 Uhr - 20.00 Uhr

Mareike H.

Kleine Schwentinehalle

**Body Workout**

18.00 Uhr - 19.00 Uhr

Angela P.

Kleine Schwentinehalle

**After Work**

19.00 Uhr - 20.00 Uhr

Anja S.

Kleine Schwentinehalle

**Reifen Fit**



19.00 Uhr - 20.00 Uhr

Sebastian W.

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