

Montag | 29.11.21    Dienstag | 30.11.21    Mittwoch | 01.12.21    Donnerstag | 02.12.21    Freitag | 03.12.21    Samstag | 04.12.21

	<b>Gedächtnstraining</b> 09.15 – 10.45 Uhr <i>Regine W.</i>	<b>Rücken Aktiv</b> 8.30 – 9.15 Uhr <i>Regine W.</i>	<b>Seniorenfitness I</b> 09.00 – 09.45 Uhr <i>Regine W.</i>	<b>Fitness</b> 09.00 – 9.45 Uhr <i>Regine W.</i>	
	<b>Rücken Aktiv</b> 9.00 – 10.00 Uhr <i>Angela P.</i>		<b>Seniorenfitness II</b> 10:00 – 10:45 Uhr <i>Regine W.</i>	<b>Fit ab 60</b> 10.00 – 10.45 Uhr <i>Regine W.</i>	<b>Zumba</b> 10.00 – 11.00 Uhr <i>Olesya R.</i>
			<b>Nordic Walking</b> 10.00 – 11:00 Uhr <i>Dieter H.</i>		

<b>ZUMBA GOLD</b> 17.15 – 18.00 Uhr <i>Mirela B.</i>			<b>Fitness</b> 17.30 – 18.30 Uhr <i>Regine W.</i>		
<b>Nordic Walking Intervall</b> 18.00 – 19.00 Uhr <i>Tanja L.</i> *Parkpl. Schwentinehalle	<b>Walking</b> 18.00 – 19.00 Uhr <i>Ruth S.</i> Schulhof ALS	<b>Bauch Balance</b> 18.00 – 19.00 Uhr <i>Angela Z.</i>		<b>Walking</b> 18.00 – 19.00 Uhr <i>Ruth S.</i> *Schulhof ALS	
<b>Body Workout</b> 18.15 – 19.00 Uhr <i>Angela P.</i>	<b>BBP</b> 18.00 – 18.45 Uhr <i>Regine W.</i>	<b>Antara</b> 19.15 – 20.15 Uhr <i>Angela Z.</i>	<b>Rücken-Aktiv</b> 19.00 – 20.00 Uhr <i>Mareike H.</i>		
<b>Yoga Rückenbalance</b> 17.15 – 18.15 Uhr ★ <i>Ulrike U.</i>	<b>After Work</b> 19.00 – 20.00 Uhr <i>Anja S.</i>	<b>ZUMBA</b> 19.45 – 20.45 Uhr <i>Mirela B.</i>			
<b>Yoga Rückenbalance</b> 18.30 – 19.30 Uhr ★ <i>Ulrike U.</i>	<b>ZUMBA</b> 18.00 – 19.00 Uhr <i>Tina S.</i>				
<b>Yoga Life Balance</b> 19.45 – 20.45 Uhr ★ <i>Ulrike U.</i>	<b>BBPR</b> 19.00 – 20.00 Uhr <i>Angela Z.</i>				

SPORTVEREIN  
TSVKLAUSDORF

Weitere Informationen unter [www.tsv-klausdorf.de/fitness-gesundheit](http://www.tsv-klausdorf.de/fitness-gesundheit)