

Ferienkalender

der Fitness- u Turnen

August/September 22

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
1 All-in-One Outdoor	2 MaxX F Outdoor	3 Step & Yoga	4	5 Tai Chi & GirlsFitness Outdoor	6	7
8	9 MaxX F Outdoor	10	11	12 Tai Chi & GirlsFitness Outdoor	13	14
15 Krafttraining Outdoor Yoga meets Pilates	16 MaxX F Zumba	17 Powerfit	18 Pilates	19 Tai Chi Girlsfitness Krafttraining	20	21
22 Krafttraining Outdoor Yoga meets Pilates Er u Sie in Bewegung	23 MaxX F Zumba	24 Powerfit	25 Pilates	26 Tai Chi Girls Fitness Krafttraining	27	28
29 Krafttraining Outdoor Yoga mt Pilates Er u Sie in Bewegung	30 MaxX F Zumba	31 Powerfit	01.09. Lady Fitness (ab 50 J) Pilates	02.09. Tai Chi Grils Fitness Krafttraining	03.09.	04.09.
05.09. Senioren Gym Krafttraining Outdoor Yoga meets Pilates	06.09. MaxX F Zumba	07.09. Powerfit	08.09. Lady Fitness (ab 50 J) Pilates	09.09. Tai Chi Girls Fitness Krafttraining	10.09.	11.09.

SeniorenSport mit Cornelia ab 05.09.22
Lady-Fit mit Christel ab 01.09.22

BBP, Step & Rückenfit mit Yvonne ab 12.09./15.09.22
Pilates mit Andrea ab 06.09.22

Zumba nur am Dienstag ab 16.08. (ab 12.09. wieder Montag und Freitag)
Powerfit, ab 17.08.

Krafttraining für Sie & Ihn freitags ab 19.08. Halle 4 mit Denis
All-in-One ab 12.09.

Step und Yoga ab 17.09.
Krafttraining Outdoor montags ab 15.08. mit Andi

Er & Sie in Bewegung ab 15.08.
Locker vom Hocker ab 15.08.

Pilates mit Maria, donnerstag ab 18.08.
Tai Chi ohne Pause