Kursübersicht 2017-III

aktiv-o (in der Waldsauna) | Joh.-Wid.-Halle | Turn- und Festhalle | Bürgerhaus | Gartenhallenbad | Outdoor

GSV MAICHINGEN E.V.

Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag	
Hallen bzw. Bad	**Raum 1**	**Raum 2**	**Hallen bzw. Bad**	**Raum 1**	**Raum 2**	**Hallen bzw. Bad**	**Raum 1**	**Raum 2**	**Hallen bzw. Bad**	**Raum 1**	**Raum 2**	**Raum 1**	**Raum 2**
	08:50 – 09:50 **Bodyfit** Kerstin Egner **18.09.17 NEU**						08:30 – 09:30 **Pilates** (Fortg.) Elke Braun **13.09.17**			08:30 – 09:30 **Gesunde Füße ab 28.09.17/ Gesunde Schulter ab 09.11.17**	08:30 – 09:30 **Fit für Hüfte, Knie und Füße 14.09.17**		
	10:00 – 11:00 **Fitness mit Baby** Meike Weissinger **18.09.17 NEU**	09:45 – 10:45 **Zumba® Fitness** Regina Maser **11.09.17**	09:05 – 10:05 **„Standfest und stabil“** Inge Brase **12.09.17**	09:30 – 11:00 **Körper–Haltung–Becken-boden** Marlies Hornikel **12.09.17**			09:30 – 10:30 **Pilates** (Mittelst.) Elke Braun **13.09.17**	09:35 – 10:20 **Rehasport** Magnus Haid **NEU**		09:45 – 11:15 **Körper–Haltung–Becken-boden** Marlies Hornikel **14.09.17**	09:30 – 10:30 **Fitness-Mix 14.09.17**	09:50 – 10:50 **„Fünf Esslinger“** Magnus Haid **15.09.17 NEU**	09:30 – 10:30 **Fitness-Mix 15.09.17**
		10:50 – 11:50 **„Fünf Esslinger“** Regina Maser **11.09.17**	10:10 – 11:10 **„Standfest und stabil“** Inge Brase **12.09.17**		11:00 – 12:00 **Fit für Hüfte, Knie und Füße 12.09.17**		10:35 – 11:35 **Pilates** (Anfäng.) Elke Braun **13.09.17**	10:25 – 11:10 **Rehasport** Magnus Haid			10:35 – 11:35 **Turnzwerge** * (1 – 2 ½ Jahre)	10:55 – 11:40 **Rehasport** Magnus Haid **NEU**	10:35 – 11:35 **Turnzwerge** * (1 ½ bis 2 ½ Jahre)
11:00 – 12:00 **„Fünf Esslinger“** Magnus Haid **11.09.17**			11:15 – 12:15 **„Standfest und stabil“** Inge Brase **12.09.17**					11:15 – 12:00 **Rehasport** Magnus Haid			** Angebote der Abteilung Turnen- und Breitensport*	11:45 – 12:30 **Rehasport** Magnus Haid	

		15:10 – 16:10 **Turnzwerge** * (1 ½ - 2 ½ Jahre) Regina Maser											
16:15 – 17:15 **Wirbelsäulen-gymnastik** Sandra Eisenhardt **11.09.17**		16:15 – 17:15 **Turnzwerge** * (1 ½ - 2 ½ Jahre) Regina Maser						16:15 – 17:15 **Pilates** (Anf./ Mittelst.) ***13.09.17***					
17:15 – 18:15 **Wirbelsäulen-gymnastik** Sandra Eisenhardt **11.09.17**	17:20 – 18:20 **Zumba® Fitness** Regina Maser **11.09.17**	17:30 – 18:30 **Fit und gesund 50+** Magnus Haid **11.09.17**		17:30 – 18:30 **Pilates** (Anf./ Mittelst.) Elke Braun **12.09.17**			17:30 – 19:00 **Yoga** Victoria Ambrus **11.10.17**	17:15 – 18:15 **Pilates** (Anf./ Mittelst.) ***13.09.17***	18:00 – 18:45 **Aqua-jogging** Regina Maser **14.09.17**		17:40 – 18:25 **Rehasport** Magnus Haid	17.00 – 18.00 **Abt. Modern-Jazz** Veronika Reiser	
18:15 – 19:15 **Wirbelsäulen-gymnastik** Sandra Eisenhardt **11.09.17**	18:25 – 19:25 **Fitness-Mix für Männer** Regina Maser **11.09.17**	18:35 – 19:35 **Indoor-Cycling** Magnus Haid **11.09.17**	18:40 – 19:25 **Aqua-jogging** Magnus Haid **12.09.17**		18:40 – 19:40 **Langhantel-Fitness** Peter Wochele **12.09.17**		19:15 – 20:45 **Yoga** Victoria Ambrus **11.10.17**		18:45 – 19:30 **Aqua-jogging** Regina Maser **14.09.17**	18:30 – 20:00 **Step + Body-forming** Kerstin Egner **14.09.17**	18:30 – 19:15 **Rehasport** Magnus Haid		
19:45 – 21:00 **Aerobic-Step-BBP – Mix (Mittelstufe)** Veronika Reiser **11.09.2017**	19:45 – 21:15 **Yoga** Victoria Ambrus **09.10.17**	19:40 – 20:25 **Rehasport** Magnus Haid	19:25 – 20:10 **Aqua-jogging** Magnus Haid **12.09.17**		19:45 – 20:45 **Indoor-Cycling** Diana Eitelbuss **12.09.17**				19:00 – 20:00 **Body-styling** **14.09.17**		19:20 – 20:20 **Indoor-Cycling** Magnus Haid **14.09.17**		
		20:30 – 21:30 **Functional Fitness** Magnus Haid **11.09.17**	20:15 – 21.00 **Aqua Zumba ®** Valery Oppitz **12.09.17**						20:15 – 21:15 **Dance-Aerobic** Veronika Reiser **05.10.17**				
		* Angebote der Abteilung Turnen- und Breitensport	20:00 – 21:15 **Aerobic-Step-BBP – Mix (Mittelst.)** Veronika Reiser **12.09.17**										