

												Sonntag	
												Raum 1	
	* Angebote der Abteilung Turnen- und Breitensport	15:10 – 16:10 Turn-zwerg* (1 ½ - 2 ½ Jahre) Regina Maser											
16:15 – 17:15 Wirbel-säulen-gymnastik Sandra Eisenhardt 08.01.18		16:15 – 17:15 Turn-zwerg* (1 ½ - 2 ½ Jahre) Regina Maser					16:15 – 17:15 Turn-zwerg* (1 – 2 ½ Jahre) Michaela Röhn						16:00 – 17:30 Yoga (mit Meditation) Diana Elgass 14.01.18
17:15 – 18:15 Wirbel-säulen-gymnastik Sandra Eisenhardt 08.01.18	17:20 – 18:20 Zumba® Fitness Regina Maser 08.01.18	17:30 – 18:30 Fit und gesund 50+ Magnus Haid 08.01.18		17:30 – 18:30 Pilates (Mittelst.) Elke Braun 09.01.18		17:30 – 19:00 Yoga Victoria Ambrus 17.01.18	17:15 – 18:15 Pilates (Anf./Mittelst.) Michaela Röhn 10.01.18	18:00 – 18:45 Aqua-jogging Regina Maser 11.01.18	17:30 – 18:30 BodyART ® Elke Braun	17:40 – 18:25 Rehasport Magnus Haid	17:00 – 18:00 Abt. Modern-Jazz Veronika Reiser		
18:15 – 19:15 Wirbel-säulen-gymnastik Sandra Eisenhardt 08.01.18	18:25 – 19:25 Fitness-Mix für Männer Regina Maser 08.01.18	18:35 – 19:35 Indoor-Cycling Magnus Haid 08.01.18	18:40 – 19:25 Aqua-jogging Magnus Haid 09.01.18	18:45 – 19:45 Flexibar + Bauch- und Rücken-training Andrea Jaschinski 09.01.18 NEU	18:30 – 19:30 Langhantel-Fitness Peter Wochele 09.01.18			18:45 – 19:30 Aqua-jogging Regina Maser 11.01.18	18:30 – 20:00 Step + Body-forming Kerstin Egner 11.01.18	18:30 – 19:15 Rehasport Magnus Haid			
19:45 – 21:00 Aerobic-Step-BBP – Mix (Mittelstufe) Veronika Reiser 08.01.18	19:45 – 21:15 Yoga Victoria Ambrus 15.01.18	19:40 – 20:25 Rehasport Magnus Haid	19:25 – 20:10 Aqua-jogging Magnus Haid 09.01.18	19:45 – 21:00 Aerobic-Step-BBP – Mix (Mittelst.) Andrea Jaschinski 09.01.18	19:40 – 20:40 Indoor-Cycling Diana Eitelbuss 09.01.18	19:15 – 20:45 Yoga Victoria Ambrus 17.01.18	19:15 – 20:15 Body-styling Nora Brodmann 10.01.18 NEU			19:20 – 20:20 Indoor-Cycling Magnus Haid 11.01.18			
		20:30 – 21:30 Functional Fitness Magnus Haid 08.01.18	20:15 – 21:00 Aqua Zumba® Valery Oppitz 09.01.18					20:00 – 21:00 Dance-Aerobic Veronika Reiser 11.01.18		20:20 – 21:05 Rehasport Magnus Haid NEU			