



Kursplan ab September 2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:00 – 10:00 Fitnessvielfalt* VHS – A. Böwer	08:30 – 09:30 Fitnessvielfalt* VHS – A. Böwer					
10:00 – 11:00 Pilates* SVE – A. Böwer	09:30 – 10:30 Fitnessvielfalt* VHS – A. Böwer					
	16.00 – 16.55 und 17.00 -17.55 <u>NEU ab 07.09.2021</u> Zumba für Kinder (2 Gruppen: 6-10 J., und 11-15 J.) SVE – I. Naif		14.00 - 15.00 Gymnastik, Entspannung, Bewegung ü 65 SVE - E. Vallo			
18:30 – 19:30 Pilates* SVE – A. Böwer	18.00 – 19.00 <u>NEU ab 21.09.21</u> Yoga SVE - Lisa	18:00 – 19:00 Pilates* VHS – A. Böwer	17.00-18.00 HipHop und Dancehall (ab 8 J.) SVE – I. Kutz			
19:30 – 20:30 Pilates* SVE – A. Böwer		19:00 – 20:00 Pilates* VHS – A. Böwer	18.00 – 19.00 Zumba* SVE – I. Naif	20.00 - 21.00 5 Tibeter* priv. - E. Vallo (1x monatlich)''		

* = Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung

'' Termine 2021 voraussichtlich: 17.09.21, 08.10.21 und ein Tibeter-Workshop am 13.11.21 ganztägig (Infos folgen)