

Tag	Datum	Uhrzeit	Angebot	ÜL	Raum	
2. Woche	Mo	22.07.	09.45-10.45	Body Light Workout	Maria	Gym 2
			11.00-12.00	Seniorengymnastik	Maria	Gym 2
			17.00-18.00	KAHA*	Gaby	Gym 1
			18.00-19.00	PilaBox	Dany	Gym 1
			18.00-19.00	Wirbelsäulengymnastik*	Tina	Gym 2
			19.00-20.00	Pilates*	Steffi	Gym 1
			19.00-20.00	Flexibar Fitness	Djura	Gym 2
			20.00-21.00	Cross Workout	Marius	Gym 2
			19.00-20.00	Zumba	Dany	Schulhof
	Die	23.07.	17.00-18.00	Zumba Gold	Gaby	Gym 1
			18.00-19.30	Yoga*	Rebecca	Gym 1
			20.00-21.00	Core Training	Patricia	Gym 1
			18.00-19.00	Rückenfit	Maria	Gym 2
			19.00-20.00	Fitnessgymnastik BBP	Maria	Gym 2
			Mi	24.07.	09.30-11.00	Bodystyling
	10.00-11.00	Zumba Gold			Kim	Gym 1
	11.00-12.00	Demenzgruppe			Conny	Gym 3
	19.00-20.00	Fitnessgymnastik Frauen			Tina	Gym 2
	20.00-21.30	Yoga*			Dagmar	Gym 1
	18.00-19.00	Pilabox			Tina	Gym 1
	19.00-20.00	Zumba			Fatma	Gym 1
	Do	25.07.			09.00-10.30	Fitbalance
			10.30-11.30	Seniorengymnastik	Conny	Gym 2
			18.00-19.00	Zumba Gold	Gaby	Gym 1
			19.00-20.00	Pilates*	Steffi	Gym 1
			19.00-20.00	Fitnessgymnastik	Özlem	Gym 2
	Fr	26.07.	17.00-18.00	Tabata Training	Maria	Gym 2
			18.00-19.00	Fitnessgymnastik	Maria	Gym 2
So	28.07.	10.00-11.30	Yoga*	Janina/Dagmar	Gym 1	

*= Stunden mit Zusatzbeitrag

Jeden Mittwoch: **Aqua Zumba**, 18.30 Uhr, im Schwimmbad Nieder-Eschbach.