

## Belegungsplan Gymnastiksaal

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00							
08:15							
08:30							
08:45							
09:00	Pilates nach Stott Heike Kölle	Rückenfit Petra Mayr	Senioren-Sport Renate Jaenke	Pilates Basic I Claudia Vanzelli- Jäger	ZUMBA Hansy Schwartze TSA	BAUCHTANZ K.Koutoukali TSA ab 25.5.19	
09:15							
09:30							
09:45				Pilates Basic II Claudia Vanzelli- Jäger			
10:00	Osteoporose- prävention Heike Kölle	Qigong Inge Grupp	WS-Gymnastik Renate Jaenke				
10:15							
10:30							
10:45							
11:00	Herzsport Heike Kölle						
11:15							
11:30							
11:45							
12:00							
12:15							
12:30							
12:45							
13:00							
13:15							
13:30							
13:45							
14:00		Gymnasium Schuljahr 18/19 Birgit Frank					
14:15							
14:30							
14:45							

weiß unterlegt:  
Stunden für alle Vereinsmitglieder offen

Stand 1.Mai 2019

blau unterlegt:  
zuzahlungspflichtige Kurse auch für Nichtmitglieder

## Belegungsplan Gymnastiksaal

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
15:00		Gymnasium Schuljahr 18/19					
15:15							
15:30							
15:45							
16:00						Leichtathletik U8 Babsi Saleten	
16:15							
16:30							
16:45							
17:00	Leichtathletik U10 + U12 Wintersaison	Leichtathletik Training Schüler U12	Rückenfit Petra Mayr				Standard und Latein Natalie Ludwig- Stöhr  (Jugend)  TSA
17:15							
17:30							
17:45							
18:00	Powerfitness Andrea Weiß	Pilates Matte Edi Chalupny	Rund um den Step Petra Mayr	Pilates mit Spiraldynamik Fr.Kölle			
18:15							
18:30							
18:45							
19:00	Fit Mix Andrea Weiß	LIT + HIT Core - Fitness Heike Kölle	Fit von Kopf bis Fuß Petra Mayr	HVT-Fitness Heike Kölle	Salsa - Aufbau Steffi Quero TSA		
19:15							
19:30							
19:45							
20:00	Line Dance-Kurse Heidi Völker- Schwartz	Pilates Matte Edi Chalupny	ZUMBA Hansy Schwartze TSA	Functional Training ÜL-Team	Salsa		
20:15							
20:30							
20:45							
21:00					Anfänger Mittelstufe Fortgeschrittene		Standard und Latein etc. Klaus und Petra Richterich  (Erwachsene)
21:15					TSA		TSA
21:30							
21:45							
22:00							

weiß unterlegt:  
Stunden für alle Vereinsmitglieder offen

Stand 1.Mai 2019

blau unterlegt:  
zuzahlungspflichtige Kurse auch für Nichtmitglieder