

## 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	Salsa Anfänger Steffi Quero TSA			
09:15									
09:30									
09:45									
10:00	Osteoporose- prävention Heike Kölle	Qigong Inge Grupp	WS-Gymnastik Renate Jaenke	Pilates Basic II Claudia Vanzelli- Jäger					
10:15									
10:30									
10:45									
11:00	Herzsport Heike Kölle			Herzsport Heike Kölle					
11:15									
11:30									
11:45									
12:00			Gymnasium Birgit Frank Schuljahr 20/21						
12:15									
12:30									
12:45									
13:00									
13:15									
13:30									
13:45									
14:00		Gymnasium Birgit Frank Schuljahr 20/21							
14:15									
14:30									
14:45									

weiß unterlegt:  
Stunden für alle Vereinsmitglieder offen

Stand 1.10.20

blau unterlegt:  
zuzahlungspflichtige Kurse auch für Nichtmitglieder

## Belegungsplan Gymnastiksaal

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
15:00		Gymnasium Schuljahr 20/21						
15:15								
15:30								
15:45								
16:00					WS / PMR Christine Knoll	Leichtathletik U8 Babsi Saleten		
16:15								
16:30								
16:45								
17:00	Leichtathletik U10 + U12 Wintersaison	Leichtathletik Training Schüler U12	Rückenfit Petra Mayr	Leichtathletik U10 Wintersaison	Salsa - Aufbau Steffi Quero TSA	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	Salsa  Steffi Quero	Standard und Latein etc. Klaus und Petra Richterich  (Erwachsene)  TSA		
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 Nina Spindler	Anfänger Mittelstufe Fortgeschrittene  TSA			
19:15								
19:30								
19:45								
20:00	Line Dance-Kurse Heidi Völker- Schwiertz	Pilates Matte Edi Chalupny	TSA	Functional Training Nina Spindler	TSA			
20:15								
20:30								
20:45								
21:00								
21:15								
21:30								
21:45								
22:00								

weiß unterlegt:  
Stunden für alle Vereinsmitglieder offen

Stand 1.10.20

blau unterlegt:  
zuzahlungspflichtige Kurse auch für Nichtmitglieder