



Kursplan

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					
			14.00 - 15.00 Uhr Gymnastik, Entspannung, Bewegung Ü 65 SVE - E. Vallo			
18:30 – 19:30 Pilates* SVE – A.Böwer		18:00 – 19:00 Pilates* VHS – A.Böwer				
19:30 – 20:30 Pilates* SVE – A.Böwer	19:30 – 20:45 Yoga* SVE – A. Raben ab 22.05.2017	19:00 – 20:00 Pilates* VHS – A.Böwer		20.00 - 21.00 Uhr 5 Tibeter* priv. - E. Vallo (1x monatlich)'''		

* = Teilnahme nur nach vorheriger Anmeldung

''' Termine voraussichtlich: 4.5., 8.6., 13.7., 10.8., 7.9., 12.10.2018