

**Ferienprogramm für Fitness-Krafttraining und Gymnastik während der Pfingstferien
vom 20. Mai bis 02. Juni 2024**

Stand: 15.Mai 2024

Kraftraum Jahnstraße					
Pfingstmontag	20.05.2024	kein Sport	Feiertag		
Dienstag	21.05.2024	09.00-10.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Irmhild
		10.00-12.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Margit
		17.00-18.30 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Andre/Herbert
		18.30-21.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Herbert/Steffen//Inge
Mittwoch	22.05.2024	09.00-10.00 Uhr	Senioren	Jahnhalle	Antje
		10.15-11.15 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Antje
		17.30-19.30 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Joachim
		19.30-21.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Steffen
Donnerstag	23.05.2024	09.00-10.00 Uhr	Osteoporose	Jahnhalle	Hilde
		10.15-11.15 Uhr	Zirkel	Jahnhalle	Hilde
		16.15-17.15 Uhr	Zirkel	Jahnhalle	Günther
		17.30-21.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Hugo/Herbert
Freitag	24.05.2024	09.00-10.00 Uhr	Senioren	Jahnhalle	Marlen
		10.00-12.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Marlen
		17.00-18.00Uhr	Zirkel	Jahnhalle	Karin o. Gerd
		18.00-20.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Egbert
Samstag	25.05.2024	10.00-12.00Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Reinhard
Sonntag	26.05.2024	10.00-12.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Hugo
		18.00-20.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Herbert/Steffen
Montag	27.05.2024	08.45-9.45 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Susi
		10.00-11.00 Uhr	Zirkel	Jahnhalle	Susi
		17.00-18.00 Uhr	Zirkel	Jahnhalle	Christl
		18.15-19.15 Uhr	Osteoporose	Jahnhalle	Iris
		19.30-21.30 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Hugo
Dienstag	28.05.2024	09.00-10.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Irmhild
		10.00-12.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Margit
		17.00-18.30 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Andre
		18.30-21.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Herbert/Steffen//Inge
Mittwoch	29.05.2024	09.00-10.00 Uhr	Senioren	Jahnhalle	Reiner
		10.15-11.15 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Reienr
		17.30-19.30 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Joachim
		19.30-21.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Steffen
Do Fronleichnam	30.05.2024	10.00-12.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Hugo
		18.00-20.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Herbert/Steffen
Freitag	31.05.2024	09.00-10.00 Uhr	Senioren	Jahnhalle	Marlen
		10.00-12.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Marlen
		17.00-18.00 Uhr	Zirkel	Jahnhalle	Sabine
		18.00-20.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Egbert
Samstag	01.06.2024	10.00-12.00Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Reinhard
Sonntag	02.06.2024	10.00-12.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Hugo
		18.00-20.00 Uhr	Freies Üben	Jahnhalle	Herbert/Steffen
Gymnastikangebote					
Montag	20.05.2024	kein Sport	Feiertag		
Dienstag	21.05.2024	09.00-10.00 Uhr	Senioren	Kosbacher Weg	Bettina
		10.00-10.45 Uhr	Hockergymnastik	Kosbacher Weg	Bettina
		10.00-11.00 Uhr	Wirbelsäulengym.	Jahnhalle	Karin
		18.30-19.30 Uhr	Fitneßgymnastik	Kirchner Schule	Marlen
		19.00-20.00 Uhr	Wirbelsäulengym.	Kosbacher Weg	Eva
Mittwoch	22.05.2024	09.00-10.00 Uhr	Beckenbodengymn.	Jahnhalle	Karin
		10.30-11.30 Uhr	Wirbelsäulengym.	Kosbacher Weg	Bettina
Donnerstag	23.05.2024	09.00-10.00 Uhr	Fitnessgymnastik	Jahnhalle	Antje
		19.15-20.15 Uhr	Fitnessgymnastik	Kosbacher Weg	Susi
Freitag	24.05.2024	09.00-10.00 Uhr	Fitnessgymnastik	Kosbacher Weg	Antje
		10.00-11.00 Uhr	Schongymnastik	Kosbacher Weg	Antje
Montag	27.05.2024	09.00-10.00 Uhr	Fitnessgymnastik	Kosbacher Weg	Sylvia
		09.00-10.00 Uhr	Fitnessgymnastik	Jahnhalle	Susi
		20.00-20.45 Uhr	Fitnessgymnastik	Kosbacher Weg	Günther
Dienstag	28.05.2024	09.00-10.00 Uhr	Senioren	Kosbacher Weg	Bettina
		10.00-10.45 Uhr	Hockergymnastik	Kosbacher Weg	Bettina
		18.30-19.30 Uhr	Fitneßgymnastik	Kirchner Schule	Marlen
		19.00-20.00 Uhr	Wirbelsäulengym.	Kosbacher Weg	Eva
Mittwoch	29.05.2024	09.00-10.30 Uhr	Gesundheitstraining	Kosbacher Weg	Romana
		10.30-11.30 Uhr	Wirbelsäulengym.	Kosbacher Weg	Bettina
		09.00-10.00 Uhr	Beckenbodengymn.	Jahnhalle	Kathrin
Donnerstag	30.05.2024	kein Sport	Feiertag		
Freitag	31.05.2024	18.00-19.30 Uhr	Gesundheitstraining	Kosbacher Weg	Romana