

Ferienprogramm Freizeitsport während der Osterferien vom 11. bis 24. April 2022 (Gymnastik auf der Rückseite)

Kraftraum Jahnstraße

Montag	11.4.	08.30-09.30 Uhr	Freies Üben	Antje
Montag	11.4.	10.00-11.00 Uhr	Zirkel	Antje
Montag	11.4.	17.00-18.00 Uhr	Zirkel	Hilde
Montag	11.4.	18.15-19.15 Uhr	Osteoporose	Karin
Montag	11.4.	19.30-21.30 Uhr	Freies Üben	Felix
Dienstag	12.4.	09.00-10.00 Uhr	Freies Üben	Irmir
Dienstag	12.4.	10.00-12.00 Uhr	Freies Üben	Margit
Dienstag	12.4.	17.00-18.30 Uhr	Freies Üben	Andre
Dienstag	12.4.	18.30-21.00 Uhr	Freies Üben	Herb./Steffen/Inge
Mittwoch	13.4.	09.00-10.00 Uhr	Senioren	Michael
Mittwoch	13.4.	10.15-11.15 Uhr	Freies Üben	Antje
Mittwoch	13.4.	17.30-19.30 Uhr	Freies Üben	Joachim
Mittwoch	13.4.	19.30-21.00	Freies Üben	Steffen
Donnerstag	14.4.	09.00-10.00 Uhr	Osteoporose	Hilde
Donnerstag	14.4.	10.15-11.15 Uhr	Zirkel Damen	Günther
Donnerstag	14.4.	16.15-17.15 Uhr	Zirkel	Günther
Donnerstag	14.4.	17.30-19.00 Uhr	Freies Üben	Hugo
Donnerstag	14.4.	19.00-21.30 Uhr	Freies Üben	Herbert
Freitag	15.4.	Feiertag	kein Training	
Samstag	16.4.	10.00-12.00 Uhr	Freies Üben	Andre
Sonntag	17.4.	Feiertag	kein Training	
Montag	18.4.	Feiertag	kein Training	
Dienstag	19.4.	09.00-10.00 Uhr	Freies Üben	Irmir
Dienstag	19.4.	10.00-12.00 Uhr	Freies Üben	Margit
Dienstag	19.4.	17.00-18.30 Uhr	Freies Üben	Andre
Dienstag	19.4.	18.30-21.00 Uhr	Freies Üben	Herb./Steffen/Inge
Mittwoch	20.4.	09.00-10.00 Uhr	Senioren	Michael
Mittwoch	20.4.	10.15-11.15 Uhr	Freies Üben	Antje
Mittwoch	20.4.	17.30-19.30 Uhr	Freies Üben	Joachim
Mittwoch	20.4.	19.30-21.00	Freies Üben	Steffen
Donnerstag	21.4.	09.00-10.00 Uhr	Osteoporose	Hilde
Donnerstag	21.4.	10.15-11.15 Uhr	Zirkel Damen	Günther
Donnerstag	21.4.	16.15-17.15 Uhr	Zirkel	Günther
Donnerstag	21.4.	17.30-19.00 Uhr	Freies Üben	Hugo
Donnerstag	21.4.	19.00-21.30 Uhr	Freies Üben	Herbert
Freitag	22.4.	09.00-10.00 Uhr	Senioren	Marlen
Freitag	22.4.	10.00-12.00 Uhr	Freies Üben	Marlen
Freitag	22.4.	17.00-18.00 Uhr	Zirkel	Gerd/Karin
Freitag	22.4.	18.00-20.30 Uhr	Freies Üben	Egbert
Samstag	23.4.	10.00-12.00 Uhr	Freies Üben	Andre
Sonntag	24.4.	10.00-12.00 Uhr	Freies Üben	Hugo
Sonntag	28.4.	18.00-20.00 Uhr	Freies Üben	Felix

Ferienprogramm für Gymnastik

Montag	11.4.	09.00-10.00 Uhr	Gymnastik/Jahnh.	Antje
Montag	11.4.	09.00-10.00 Uhr	Fitnessgymnastik/Kosb. Weg	Sylvia
Montag	11.4.	10.30-12.00 Uhr	Gesundheitstraining/Kosb. Weg	Romana
Montag	11.4.	18.30-20.00 Uhr	Gesundheitstraining/Büchenbach Dorf	Romana
Montag	11.4.	20.00-20.45 Uhr	Fitnessgymnastik	Günther
Dienstag	12.4.	09.00-10.00 Uhr	Senioren/Kosbacher Weg	Bettina
Dienstag	12.4.	10.00-10.45 Uhr	Senioren/Kosbacher Weg	Bettina
Dienstag	12.4.	18.00-19.00 Uhr	Pilates/ Hedenusschule	Christl
Dienstag	12.4.	18.30-19.30 Uhr	Fitnessgymnastik/Kirchner Halle	Marlen
Dienstag	12.4.	19.00-20.00 Uhr	WS-Gymnastik/Kosbacher Weg	Eva
Mittwoch	13.4.	09.00-10.00 Uhr	Beckenbodengymnastik/ Jahnh.	Kristl
Mittwoch	13.4.	09.00-10.30 Uhr	Gesundheitstraining/Kosb. Weg	Romana
Mittwoch	13.4.	10.30-11.30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Bettina
Donnerstag	14.4.	09.00-10.00 Uhr	Senioren/Kosb. Weg	Anja
Donnerstag	14.4.	09.00-10.00 Uhr	Gymnastik/Jahnh.	Günther
Freitag	15.4.	11.00-11.45 Uhr	Pilates	Zuzana
Dienstag	19.4.	09.00-10.00 Uhr	Senioren/Kosbacher Weg	Marlen
Dienstag	19.4.	10.00-10.45 Uhr	Senioren/Kosbacher Weg	Marlen
Dienstag	19.4.	18.30-19.30 Uhr	Fitnessgymnastik/Kirchner Halle	Marlen
Dienstag	19.4.	18.30-19.30 Uhr	Pilates/Gymnastikforum	Kerstin
Dienstag	19.4.	19.00-20.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik/Jahnh.	Petra
Dienstag	19.4.	19.00-20.00 Uhr	WS-Gymnastik/Kosbacher Weg	Eva
Mittwoch	20.4.	09.00-10.00 Uhr	Beckenbodengymnastik/ Jahnh.	Karin
Mittwoch	20.4.	10.30-11.30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Marlen
Donnerstag	21.4.	09.00-10.00 Uhr	Gymnastik/Jahnh.	Günther
Donnerstag	21.4.	09.00-10.00 Uhr	Senioren/Kosbacher Weg	Anja
Freitag	22.4.	09.00-10.00 Uhr	Fitnessgymnastik/Kosbacher Weg	Anja
Freitag	22.4.	10.00-11.00 Uhr	Schongymnastik	Anja
Freitag	22.4.	11.00-11.45 Uhr	Pilates	Zuzana