

Gymnastikraum



Gymnastikraum ab 11. September 2023

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9.00 - 9.15		Fit in den Tag 8.30 - 9:30 Uhr ÜL: Renate Rauch		GMS Eglofs 7.45 - 8.30 Uhr		Hip-Hop Anfänger 9.00 - 13.00 Uhr ÜL: Leonie Hackl	
9.15 - 9.30							
9.30 - 9.45							
9.45 - 10.00							
10.00 - 10.15							
10.15 - 10.30							
10.30 - 10.45							
10.45 - 11.00							
11.00 - 11.15							
11.15 - 11.30							
11.30 - 11.45							
11.45 - 12.00							
12.00 - 12.15							
12.15 - 12.30							
12.30 - 12.45							
12.45 - 13.00							
13.00 - 13.15							
13.15 - 13.30							
13.30 - 13.45							
13.45 - 14.00							
14.00 - 14.15							
14.15 - 14.30							
14.30 - 14.45							
14.45 - 15.00							
15.00 - 15.15							
15.15 - 15.30							
15.30 - 15.45							
16.00 - 16.15						Disco Fox 16.00 - 18.00 Uhr ÜL: Angelika Kirner	
16.15 - 16.30							
16.30 - 16.45							
16.45 - 17.00							
17.00 - 17.15	Line-Dance 17.00 - 18.00 Uhr ÜL: Angelika Kirner	Line-Dance Gruppe I 17.30 - 18.30 Uhr ÜL: Angelika Kirner		Rücken- & Funktions- gymnastik 18.00 - 20.15 Uhr ÜL: Michaela Weh	Yoga-Flow 18.00 - 19.15 Uhr ÜL: Renate Rauch	Reinigung 18.00 - 22.00 Uhr	
17.15 - 17.30							
17.30 - 17.45							
17.45 - 18.00							
18.00 - 18.15							
18.15 - 18.30	Rückenkurs 18.30 - 19.30 Uhr ÜL: Anna Fisch	Line-Dance Gruppe II 18.45 - 19.45 Uhr ÜL: Eva Osso-König	Bleib Fit 19.00 - 20.00 Uhr ÜL: Katrin Herrmann				
18.30 - 18.45							
18.45 - 19.00							
19.00 - 19.15	Rückenkurs 19.30 - 20.30 Uhr ÜL: Anna Fisch	Tanzsport 20:00 - 21:00 Uhr ÜL: Angelika Kirner					
19.15 - 19.30							
19.30 - 19.45							
19.45 - 20.00							
20.00 - 20.15							
20.15 - 20.30							
20.30 - 20.45							
20.45 - 21.00							
21.00 - 21.15							
21.15 - 21.30							
21.30 - 21.45							
Standeszeiten	18, 22 Uhr						