

Training in den Sommerferien 2023 der Abteilung Turnen:

Montag

Gymnastik für jeden Gudrun Pöppel **FLH jede Woche bis auf 7.8.23**

8:30-9:30 Uhr

9:30-10:30 Uhr

10:30-11:30 Uhr

Senioren Gymnastik Wannee Schneider **14:30-15:30 Uhr FLH durchgehend**

Eltern-Kind- Turnen Wannee Schneider **16-17 Uhr Grundschule 1 31.07./7.8./4.9./11.9.**

Pilates Wannee Schneider 18-19 Uhr **Grundschule 2 31.07./7.8./4.9./11.9.**

Step und Bodystyling Diana Zgur 19-20:45 Uhr **Grundschule 1 31.07./7.8./4.9./11.9.**

Dienstag

Kraftausdauer Peter Schneider 8-9 Uhr **FLH durchgehend**

Eltern-Kind-Turnen Petra Huber 9-10 Uhr **FLH nur am 1.8./5.9.**

Yoga Luisa Zgur 20-21 Uhr **H9a durchgehend**

Herzsport Gudrun Pöppel 13-14:30 Uhr **FLH jede Woche bis auf 8.8.23**

Eltern-Kind-Turnen Wannee Schneider 16-17 Uhr **Grundschule 2 1.8./8.8/5.9.**

Bauch/Beine/Po/Rücken Wannee Schneider 18-19 Uhr **Grundschule 2 1.8./8.8/5.9.**

Mittwoch

Eltern-Kind-Turnen Petra Huber 9-10 Uhr **FLH nur am 2.8./6.9.**

Zumba Tagungsraum 18-19 Uhr **Tagungsraum nur am 2.8./9.8./6.9.**

Step und Bodystyling Diana Zgur 18-19:45 Uhr **Grundschule 1 2.8./9.8./6.9.**

Fit Gymnastik Horst Fleck 18:45-19:45 Uhr **Grundschule 3 Halle A Bühne 2.8./9.8./6.9.**

Donnerstag

Gymnastik Gudrun Pöppel 11-12 Uhr **FLH jede Woche bis auf 10.08.23**

Fit Gymnastik Frauke Seegers 18-19 Uhr Grundschule 2 **durchgehend nur draußen nur bei trockenem Wetter**

Qigong Horst Fleck 19:15-20:15 Uhr **Grundschule 2 3.8./10.8./7.9.**

Freitag

Power Flex Workout Frauke Seegers 10-11 Uhr **FLH durchgehend**