

Übungszeiten in den Weihnachtsferien 2017/2018



Folgend die Sportangebote habe ich für euch:

Freitag, 22.12.2017:

Uhrzeit	Angebot	Halle
16:30 – 17:30	Sport i. d. Krebsnachsorge	Brüggemannhalle
17:30 – 18:30	Tabata	Brüggemannhalle

Mittwoch, 27.12.2017:

Uhrzeit	Angebot	Halle
09:00 – 09:45	Rehasport	Südschule Gymnastikhalle
17:00 – 17:45	Rehasport	Brüggemannhalle
18:00 – 19:00	Fit For Fun	Brüggemannhalle
19:00 – 20:00	Faszientraining	Brüggemannhalle

Donnerstag, 28.12.2017:

Uhrzeit	Angebot	Halle
18:00 – 19:00	Tabata	Halle GS am Markt
19:00 – 20:00	Sling-Training	Halle GS am Markt

Freitag, 29.12.2017:

Uhrzeit	Angebot	Halle
09:00 – 10:00	Fit mit dem Gymnastikball	Südschule Gymnastikhalle
10:00 – 11:00	Faszientraining	Südschule Gymnastikhalle
16:30 – 17:30	Sport i. d. Krebsnachsorge	Südschule Gymnastikhalle

Mittwoch, 03.01.2018:

Uhrzeit	Angebot	Halle
09:00 – 09:45	Rehasport	Südschule Gymnastikhalle
10:00 – 11:00	Faszientraining	Südschule Gymnastikhalle
18:00 – 19:00	Fit for Fun	Halle GS am Markt
19:00 – 20:00	Faszientraining	Halle GS am Markt

Donnerstag, 04.01.2018:

Uhrzeit	Angebot	Halle
18:00 – 19:00	Rehasport	Halle GS am Markt
19:00 – 20:00	Tabata	Halle GS am Markt
20:00 – 21:00	Sling-Training	Halle GS am Markt

Freitag, 05.01.2018:

Uhrzeit	Angebot	Halle
09:00 – 10:00	Fit mit dem Gymnastikball	Südschule Gymnastikhalle
16:30 – 17:30	Sport i. d. Krebsnachsorge	Südschule Gymnastikhalle

Das Sling-Training ist begrenzt auf 10 Teilnehmer, daher bitte ich hier um Anmeldung, Telefon: 015156944335!

Lasst uns den Weihnachts-Speck schmelzen und den Silvester-Kater bekämpfen!!!

Ich freue mich auf euch!

