

Vom **16.-22.09.19** finden im Kursraum im 2.OG Bauarbeiten statt. Ein neuer Fußboden wird verlegt.  
Aus diesem Grund ist ein **GEÄNDERTER KURSPLAN** gültig.

Donnerstag				Freitag				Samstag				Sonntag			
TS1	TS2	TS3	FWR	TS1	TS2	TS3	FWR	T1	T2	T3	FWR	TS1	FWR		
		8.30-8.55 Flexi	8.45-9.55 Qi Gong	8.00-8.55 Yogapilates								9.00-10.30 Le Canne			
9.00-9.55 Rückenfitness	9.00-9.55 Tanzen	9.00-9.55 Pilates		09.00-10.25 Yoga sanft	9.15-10.15 Konditionstraining	9.00-15.00 Tanzen		9.45-11.15 Vinyasa Yoga	10.00-11.30 Feldenkrais	9.30-10.25 Rückenfitness		10.00-10.55 Pilates	10.30-12.00 TIB Sonntagsmatinee		
10.00-10.55 Stabi & Balance	10.00-10.55 Bauch Beine Po	10.00-18.00 Tanzen		10.35-11.30 Faszienfitness	10.30-11.25 Rückenfitness				11.30-12.45 Rückenfit & Stretching	11.30-11.55 Basic Tai Chi	10.30-11.25 Rückenfit	10.30-11.55 Eltern-Kind Akrobatik	11.00-11.25 Bauch&Rücken	11.30-12.00 Welcome Cycling	
	11.00-11.55 Funktionsgymn.				11.35-12.00 BALLance		11.30-11.55 Fußgymnastik			12.00-13.00 Tai Chi	11.30-12.25 African Dance	12.00-13.00 Luftakrobatik II			
12.00-13.00 Kitaturnen	12.00-12.25 Stretching				12.00-13.00 Lungensport		12.00-12.55 Rückenfit & Stretching		12.05-12.50 Faszienfitness	13.00-14.25 Vinyasa Yoga				12.00-19.00 Säle 1-3 Tanzen	12.00-13.00 Cycling
	12.30-12.55 PMR				13.00-14.30 Koronar TG				13.00-13.45 Reha Ortho					12.00-19.00 Säle 1-3 Tanzen	13.00-13.45 Cycling
13.00-14.00 La Canne					14.30-16.00 Koronarsport		15.00-16.00 Tanzen		14.30-15 dWORK	14.00-21.00 Tanzen			14.50-14.35 Shape		
				16.00-16.45 Reha Ortho				15.10-16.05 Langhantel					15.00-15.55 Schulter Nacken Fitness		
15.30-16.30 Kinderzirkus			16.00-16.45 Reha Ortho	16.00-16.55 Artistik ab 8 J	16.00-16.55 Capoeira	16.00-17.00 Cycling					16.15-17.15 Cycling		16.00-17.25 Rückenfit & Stretching		
16.30-17.30 Artistik ab 8 J.			17.00-18.25 Vinyasa Yoga	17.00-17.55 Einrad & Balance	17.00-17.55 Capoeira	17.00-18.00 Cycling									
17.30-18.30 Artistik ab 12 J.		18.00-19.00 Capoeira I	18.30-19.15 Reha Ortho	18.00-20.30 Tanzen	18.15-19.10 Aerobic & Shape	18.00-19.25 Qi Gong								17.30-19.00 Vinyasa Yoga	
18.30-19.30 Zirkel & Move	18.30-19.30 Tanzen	19.00-19.55 Gesunder Rücken	19.30-20.30 Cycling			19.15-20.15 BALLance	19.30-20.25 Pound								
19.30-22.00 Tanzen		20.00-20.25 Stabi & Balance			20.30 - 21.30 Tanzen										
		20.30-21.25 Yogapilates	20.35-21.30 Feldenkrais												

BEI SCHÖNEM WETTER DRAUßEN  
BEI SCHLECHTEM WETTER AUSFALL

AUSFALL

FACHWERKRAUM Vereinsheim