

Zeitplan zum GYMWELT-Programm

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<p>18.30 – 19.30 Bauch-Beine-Po-Step Gymnastikraum MLHalle Vanessa</p>		<p>7.15 – 08.30 Walking Festplatz Oeslau Sigrid</p>			<p>07.30 – 08.30 Walking Festplatz Oeslau Sigrid</p>	
<p>19.30 – 20.30 Ganzkörpertraining Gymnastikraum MLHalle Vanessa</p>		<p>18.00 – 19.30 Yoga Schulturnhalle Mönchröden Petra</p>		<p>18.30 – 19.45 Fitter Rücken Gymnastikraum MLHalle Niels/Lucy</p>	<p>09.30 – 19.00 Fitnessraum Freies Training MLHalle</p>	<p>14.00 – 17.00 Boule-Spiel An der Alm Bernhard</p>
<p>19.30 – 20.30 FitGym für sie & ihn MLHalle Kerstin</p>	<p>19.00 – 20.45 Freizeitschwimmen Hallenbad Simon</p>				<p>18.00 – 20.00 Fit mit Turnen für Erwachsene MLHalle Steffen</p>	
<p>20.30 – 21.30 Faszientraing Gymnastikraum MLHalle</p>	<p>20.00 – 21.00 Gymnastik 60+ MLHalle Irmis</p>	<p>20.30 – 21.30 Der Fitmacher Gymnastikraum MLHalle Andrea</p>				