

KURSE 2016

Zumba

Frühjahr > Mittwoch

24.02. - 27.04.16 > 17.30 - 18.30 Uhr

24.02. - 27.04.16 > 19.00 - 20.00 Uhr

Herbst > Mittwoch

07.09. - 09.11.16 > 17.30 - 18.30 Uhr

07.09. - 09.11.16 > 19.00 - 20.00 Uhr

Pilates

Frühjahr > Dienstag

23.02. - 26.04.16 > 17.00 - 18.00 Uhr

Herbst > Dienstag

06.09. - 08.11.16 > 17.00 - 18.00 Uhr

Rückenschule

Frühjahr > Montag

14.03. - 16.05.16 > 19.30 - 21.00 Uhr

Herbst > Montag

12.09. - 14.11.16 > 19.30 - 21.00 Uhr

Fitnessboxen

Ganzjährig

> Donnerstag > 19.00 - 20.00 Uhr

Yoga

Frühjahr > Freitag

26.02. - 03.06.16 > 17.30 - 19.00 Uhr

Herbst > Freitag

23.09. - 25.11.16 > 17.30 - 19.00 Uhr

Wirbelsäulengymnastik

Ganzjährig > Montag

10.00 - 11.00 Uhr, 11.00 - 12.00 Uhr

19.00 - 20.00 Uhr

> Donnerstag > 10.00 - 11.00 Uhr

Kraftsport für Senioren

Frühjahr > Dienstag

23.02. - 31.05.16 > 15.00 - 15.30 Uhr

Herbst > Dienstag

06.09. - 13.12.16 > 15.00 - 15.30 Uhr

