Fitness & Gesundheit Herbstferien 02.10. - 13.10.2023

Rücken Fit / Fit werden - gesund bleiben / Präventives Haltungstraining /
Fitness für Ihn / Spiel und Sport / Rücken Balance

			1. FeWo	2. FeWo					
Montag			02.10.2023	09.10.2023					
	Rücken Fit	08:30 Uhr							
	Ilona	Fit werden-gesund bleiben TVD-Halle	09:30 Uhr						
Montag									
	Luisse	Spiel und Spaß R2/3	17:00 Uhr	X	X				
Montag									
	Ralf	Fitness für Ihn TV-Halle	19:00 Uhr	X	X				
Dienstag			Feiertag	10.10.2023					
	Luisse	Präv. Haltungstr. R2/3	09:00 Uhr		X				
Mittwoch			04.10.2023	11.10.2023					
	Heidi	Rücken Fit	08:30 Uhr						
Freitag			06.10.2023	13.10.2023					
	Monika	Rücken Balance R2/3	10:30 Uhr	X	X				

Das Herbstferienprogramm von Doris Klare finden Sie auf einer separaten Übersicht!