

Fitness & Gesundheit Sommerferien 05.07. -17.08.2021

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

			1. FeWo	2. FeWo	3. FeWo	4. FeWo	5. FeWo	6. FeWo	7. FeWo
Montag			05.07.21	12.07.21	19.07.2021	26.07.2021	02.08.2021	09.08.2021	16.08.2021
Ilona	Rücken Fit	08:30 Uhr							
	Fit werden- gesund bleiben TVD- Halle	09:30 Uhr	X	X	X	X	X	X	X
Montag									
Luise	Spiel und Spaß								
	Thurner Str.	18:00 Uhr	X	X	X	X	X	X	X
Montag									
Ralf	Fitness für Ihn Platz / TVD- Halle	19:00 Uhr	X	X	X	X	X		X
Dienstag			06.07.2021	13.07.2021	20.07.2021	27.07.2021	03.08.2021	10.08.2021	17.08.2021
Luise	Präv. Haltungstr. Platz / R2/3	09:00 Uhr	X	X	X	X	X	X	X
Mitwoch			07.07.2021	14.07.2021	21.07.2021	28.07.2021	04.08.2021	11.08.2021	18.08.2021
	Rücken Fit	08:30 Uhr	X	X	X	X	X	X	
Heidi	Fit werden- gesund bleiben TVD- Halle / Platz	09:30 Uhr	X	X	X	X	X	X	
Freitag			09.07.2021	16.07.2021	23.07.2021				
Monika	Rücken Balance Platz/ R2/3	10:30 Uhr	X	X	X				
Freitag			09.07.2021	16.07.2021	23.07.2021	30.07.2021	06.08.2021	13.08.2021	
Michael	Qigong	12:00 Uhr	X	X	X	X	X	X	
	Taiji Platz od. R2/3	13:00 Uhr	X	X	X	X	X	X	

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