

Fitness & Gesundheit Herbstferien 11.10. -22.10.2021

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

			1. FeWo	2. FeWo					
Montag			11.10.2021	18.10.2021					
	Rücken Fit	08:30 Uhr							
	Ilona	Fit werden-gesund bleiben TVD-Halle	09:30 Uhr						
Montag									
	Luisse	Spiel und Spaß Thurner Str.	18:00 Uhr		X				
Montag									
	Ralf	Fitness für Ihn TV-Halle	19:00 Uhr	X	X				
Dienstag			12.10.2021	19.10.2021					
	Luisse	Präv. Haltungstr. R2/3	09:00 Uhr		X				
Mittwoch			13.10.2021	20.10.2021					
	Heidi	Rücken Fit	08:30 Uhr		X				
Freitag			15.10.2021	22.10.2021					
	Monika	Rücken Balance R2/3	10:30 Uhr	X	X				
Freitag			13.10.2021	20.10.2021					
	Michael	Qigong online	19:00	X	X				

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