

# Fitness & Gesundheit Herbstferien 03.10. - 14.10.2022

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

			1. FeWo	2. FeWo					
Montag			03.10.2022	10.10.2022					
	Rücken Fit	08:30 Uhr	Feiertag						
	Ilona	Fit werden-gesund bleiben TVD-Halle	09:30 Uhr						
Montag									
	Luisa	Spiel und Spaß Thurner Str.	18:00 Uhr	X					
Montag			Feiertag						
	Ralf	Fitness für Ihn TV-Halle	19:00 Uhr	X					
Dienstag			04.10.2022	11.10.2022					
	Luisa	Präv. Haltungstr. R2/3	09:00 Uhr	X	X				
Mittwoch			05.10.2022	12.10.2022					
	Heidi	Rücken Fit	08:30 Uhr	X	X				
Freitag			07.10.2022	14.10.2022					
	Monika	Rücken Balance R2/3	10:30 Uhr	X	X				

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