

# Spätsommerkurse 2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Reha</b> 09:00-09:45 Marco Rasen im Stadion/ESH				<b>Reha</b> 09:00-09:45 Marco
<b>Männnergymnastik</b> 10:00-11:00 Walter	<b>SeniorenFit</b> 10:30-11:30 Annett	<b>Reha</b> 10:15-11:00 Marco	<b>SeniorenFit</b> 10:00-11:00 Annett	<b>MamaFit</b> 10:00-11:00 Marco
			<b>Reha</b> 11:15-12:00 Annett	
	<b>Reha</b> 18:00-18:45 Steffen Rasen im Stadion/ESH			
<b>Yoga</b> 18:00-19:00 Nicole Rasen im Stadion/ESH	<b>RückenFit</b> 18:00-19:00 Prävention ESH Tanja mit Anmeldung	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> 17:00-18:00 Rasen Anja/Edith	<b>Pilates</b> 18:00-19:00 Christel Rasen	
<b>Pilates</b> 19:00-20:00 Marita Rasen im Stadion/ESH	<b>CardioFit</b> 19:00-20:00 Prävention ESH Tanja mit Anmeldung	<b>Reha</b> 18:00-18:45 Max Rasen im Stadion		
	<b>AthletikFlow</b> 19:00-20:00 Steffen Rasen im Stadion/ESH	<b>Pilates-Yoga</b> 19:00-20:00 Sabine Rasen im Stadion	<b>Zumba</b> 19:00-20:00 Cami ESH	
<b>Zumba</b> 20:15-21:15 Cami ESH	<b>TRX</b> 20:00-21:00 Max Käfig	<b>BodyFit</b> 20:00-21:00 Manuel Rasen im Stadion	<b>TRX</b> 20:00-21:00 Daniel Käfig	

ESH: Erich-Schott-Halle

ABC: keine Zuzahlung zur Mitgliedschaft

Prävention: kann von den Krankenkassen bezuschusst werden