

Spätsommerkurse 2020

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Reha 09:00-09:45 Marco Rasen im Stadion/ESH				Reha 09:00-09:45 Marco	
Männnergymnastik 10:00-11:00 Walter	SeniorenFit 10:30-11:30 Annett	Reha 10:15-11:00 Marco	SeniorenFit 10:00-11:00 Annett	MamaFit 10:00-11:00 Marco	Power Intervall Neu ab 29.08. 10:00-11:00 Rasen/ESH Hannah
			Reha 11:15-12:00 Annett		
	Reha 18:00-18:45 Steffen Rasen im Stadion/ESH				
Yoga 18:00-19:00 Nicole Rasen im Stadion/ESH	RückenFit 18:00-19:00 Prävention Tanja ESH mit Anmeldung	Wirbelsäulengymnastik 17:00-18:00 Rasen Anja/Edith	Pilates 18:00-19:00 Christel Rasen		
Pilates 19:00-20:00 Marita Rasen im Stadion/ESH	CardioFit 19:00-20:00 Prävention Tanja ESH mit Anmeldung	Reha 18:00-18:45 Max Rasen im Stadion			
	AthletikFlow 19:00-20:00 Steffen Rasen im Stadion/ESH	Pilates-Yoga 19:00-20:00 Sabine Rasen im Stadion	Zumba 19:00-20:00 Cami ESH		
Zumba 20:15-21:15 Cami ESH	TRX 20:00-21:00 Max Käfig	BodyFit 20:00-21:00 Manuel Rasen im Stadion	Body & Mind 20:00-21:00 Birgit Gym 2. Neu ab 02.09.	TRX 20:00-21:00 Daniel Käfig	

ESH: Erich-Schott-Halle

ABC: keine Zuzahlung zur Mitgliedschaft

Prävention: kann von den Krankenkassen bezuschusst werden