



# Ferienplan Aerobic & Gesundheitssport

vom 04.08.14 - 12.09.14

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag		Freitag	Zeit
	Große Halle	Große Halle	Große Halle	Große Halle	Kleine Halle	Große Halle	
09:00 - 09:30 Uhr		Wirbelsäule Nicole/Gaby					09:00 - 09:30 Uhr
09:30 - 10:00 Uhr				Wirbelsäule Ulrike			09:30 - 10:00 Uhr
10:00 - 10:30 Uhr	Body Balance Viola	Gymnastik Gaby/Nicole					10:00 - 10:30 Uhr
10:30 - 11:00 Uhr							10:30 - 11:00 Uhr
11:00 - 11:30 Uhr							11:00 - 11:30 Uhr
14:00 - 14:30 Uhr						Seniorentanz Gaby	14:00 - 14:30 Uhr
14:30 - 15:00 Uhr							14:30 - 15:00 Uhr
15:00 - 15:30 Uhr							15:00 - 15:30 Uhr
15:30 - 16:00 Uhr							15:30 - 16:00 Uhr
16:00 - 16:30 Uhr	Funktionstraining Christel						16:00 - 16:30 Uhr
16:30 - 17:00 Uhr							16:30 - 17:00 Uhr
17:00 - 17:30 Uhr	Wirbelsäule Gaby					Wirbelsäule & Funktionstraining Ulrike/Christel	17:00 - 17:30 Uhr
17:30 - 18:00 Uhr		Zumba Dani					17:30 - 18:00 Uhr
18:00 - 18:30 Uhr	Step Sven				Pilates Jana		18:00 - 18:30 Uhr
18:30 - 19:00 Uhr		Bodystyling Jana					18:30 - 19:00 Uhr
19:00 - 19:30 Uhr	Bodynetics Elke		Top Fit Elke	Hot Iron Jana			19:00 - 19:30 Uhr
19:30 - 20:00 Uhr		Wirbelsäule Nicole/Gaby					19:30 - 20:00 Uhr
20:00 - 20:30 Uhr			Zumba Dani	Zumba Melanie			20:00 - 20:30 Uhr
20:30 - 21:00 Uhr							20:30 - 21:00 Uhr
21:00 - 21:30 Uhr							21:00 - 21:30 Uhr

**Vom 2.08. - 03.08. bleibt das Top-Fit aufgrund  
der jährlichen Wartungs- und Reinigungsarbeiten geschlossen.**