



LEIDENSCHAFT - SPORT - VIELFALT

FIT + GESUND



Drums Alive montags (20:00) mit Delia

Zumba montags (20:00), mittwochs (17:30) mit Henny

M.A.X. donnerstags (18:45) mit Delia/Dani **NEU NEU NEU**

Body workout montags, mittwochs (18:45) mit Dani

Body workout dienstags (18:00, Sporthalle Erich-Kästner Schule) mit Lisa

Gesunder Rücken dienstags (20:00) mit Marion

Lady Fit montags (9:30) mit Angela

Fitness-Dancing donnerstags (19:40) mit Christel

Fit im Alter freitags (9:30) mit Petra

Yoga am Morgen donnerstags (9:00) mit Petra

Yoga für Aufgeweckte freitags (8:00) mit Petra

Hatha-Yoga samstags (10:00 Sporthalle Astrid-Lindgren Schule) mit Mark

Fitness-Sport findet in der Sporthalle/Jahnhalle und dem Hubald-Schmitt-Saal/Jahnhalle statt.