

22.04.2024 Montag	23.04.2024 Dienstag	24.04.2024 Mittwoch	25.04.2024 Donnerstag	26.04.2024 Freitag	27.04.2024 Samstag
Morgenyoga ★ 09.00 Uhr - 10.15 Uhr <i>Tina K.</i> Yogaraum im Vereinsheim	Rücken Aktiv 09.00 - 10.00 Uhr <i>Elke B.</i> Kleine Schwentinehalle	Aqua-Fitness ★ 08.00 - 09.00 Uhr <i>Elke B.</i> Lehrschwimmbecken - ALS			Zumba 10.00 Uhr - 11.00 Uhr <i>Olesya R.</i> Schulturnhalle - ALS
		Rücken Aktiv ★ 09.30 - 10.30 Uhr <i>Elke B.</i> Kleine Schwentinehalle	Seniorenfitness 09.30 Uhr - 10.30 Uhr <i>Elke B.</i> Kleine Schwentinehalle		
		Trittsicher 14.00 Uhr - 15.00 Uhr <i>Dieter H.</i> Kleine Schwentinehalle	Nordic Walking 10.00 Uhr - 11.00 Uhr Dieter H. Treffen - Schwentinehalle		
Nordic Walking Intervall 17.30 Uhr - 18.30 Uhr <i>Tanja L.</i> Treffen - Schwentinehalle	Zumba 17.00 Uhr - 18.00 Uhr <i>Tina S.</i> Kleine Schwentinehalle	Outdoor Fitness 17.00 Uhr - 18.00 Uhr <i>Martina E.</i> Schulturnhalle - ALS	Fitness 17.30 Uhr - 18.30 Uhr <i>Elke B.</i> Schulturnhalle - ALS		
Zumba Gold 17.00 Uhr - 18.00 Uhr <i>Mirela B.</i> Kleine Schwentinehalle	Walking 18.00 Uhr - 19.00 Uhr <i>Ruth S.</i> Treffen - Schulhof ALS	Yoga für ALLE ★ 17.30 Uhr - 18.45 Uhr <i>Tina K.</i> Yogaraum im Vereinsheim	Motion Freude 17.00 Uhr - 18.00 Uhr <i>Sebastian W.</i> Kleine Schwentinehalle	Walking 18.00 Uhr - 19.00 Uhr <i>Ruth S.</i> Treffen - Schulhof ALS	
Steptanz 17.30 - 18.30 Uhr <i>Anja S.</i> ALS - Vorschulraum		Bauch Balance 18.00 Uhr - 19.00 Uhr <i>Angela Z.</i> Schulturnhalle - ALS	Rücken - Aktiv 19.00 Uhr - 20.00 Uhr <i>Mareike H.</i> Kleine Schwentinehalle		
Body Workout 18.00 Uhr - 19.00 Uhr <i>Angela P.</i> Kleine Schwentinehalle	After Work 19.00 Uhr - 20.00 Uhr <i>Anja S.</i> Kleine Schwentinehalle	Yoga für ALLE ★ 19.00 Uhr - 20.15 Uhr <i>Tina K.</i> Yogaraum im Vereinsheim	<div style="text-align: center;"> <p>Wichtiger Hinweis:</p> <p>Für die Teilnahme an den Kursangeboten mit einem Sternensymbol, ist eine Anmeldung über das Icon 'Anmeldung' erforderlich.</p> <p>Alle anderen Kurse können wie gewohnt ohne Voranmeldung besucht werden.</p> <p>Nichtmitglieder sind in allen Kursen zum Schnuppern herzlich eingeladen.</p> <p>Viel Freude bei den Kursen!</p> <p>Eure Abteilung Fitness & Gesundheit</p> </div>		
Softyoga ★ 17.30 Uhr - 18.45 Uhr <i>Tina K.</i> Yogaraum im Vereinsheim	BBPR 19.00 Uhr - 20.00 Uhr <i>Angela Z.</i> Schulturnhalle - ALS	Antara 19.00 Uhr - 20.00 Uhr <i>Angela Z.</i> Schulturnhalle - ALS			
Yin & Yang ★ 19.00 Uhr - 20.15 Uhr <i>Tina K.</i> Yogaraum im Vereinsheim		Reifen Fit ★ 19.00 Uhr - 20.00 Uhr <i>Sebastian W.</i> Kleine Schwentinehalle			
		Zumba 20.00 Uhr - 21.00 Uhr <i>Katharina H.</i> Kleine Schwentinehalle			