

29.04.2024 Montag	30.04.2024 Dienstag	01.05.2024 Mittwoch	02.05.2024 Donnerstag	03.05.2024 Freitag	04.05.2024 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			Fitness 09.00 Uhr - 10.00 Uhr <i>Jasmin J.</i> Kleine Schwentinehalle	Zumba 10.00 Uhr - 11.00 Uhr <i>Olesya R.</i> Schulturnhalle - ALS
			Seniorenfitness 09.30 Uhr - 10.30 Uhr <i>Elke B.</i> Kleine Schwentinehalle	Fit ab 60 10.00 Uhr - 11.00 Uhr <i>Jasmin J.</i> Kleine Schwentinehalle	
			Nordic Walking 10.00 Uhr - 11.00 Uhr Dieter H. Treffen - Schwentinehalle		
	Zumba 17.00 Uhr - 18.00 Uhr <i>Tina S.</i> Kleine Schwentinehalle		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			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	
Stepptanz 17.30 - 18.30 Uhr <i>Anja S.</i> ALS - Vorschulraum	Nordic Walking Intervall 18.00 Uhr - 19.00 Uhr <i>Tanja L.</i> Treffen - Schwentinehalle		Rücken - Aktiv 19.00 Uhr - 20.00 Uhr <i>Mareike H.</i> Kleine Schwentinehalle	Fit ab 60 - Herren 19.15 Uhr - 20.45 Uhr <i>Klaus K.</i> Schulturnhalle - ALS	
Body Workout 18.00 Uhr - 19.00 Uhr <i>Angela P.</i> Kleine Schwentinehalle	Walking 18.00 Uhr - 19.00 Uhr <i>Ruth S.</i> Treffen - Schulhof ALS				
Softyoga ★ 17.30 Uhr - 18.45 Uhr <i>Tina K.</i> Yogaraum im Vereinsheim	After Work 19.00 Uhr - 20.00 Uhr <i>Anja S.</i> Kleine Schwentinehalle				
Yin & Yang ★ 19.00 Uhr - 20.15 Uhr <i>Tina K.</i> Yogaraum im Vereinsheim	BBPR 19.00 Uhr - 20.00 Uhr <i>Angela Z.</i> Schulturnhalle - ALS				

Wichtiger Hinweis:

Für die Teilnahme an den Kursangeboten mit einem Sternensymbol, ist eine Anmeldung über das Icon **'Anmeldung'** erforderlich.

Alle anderen Kurse können wie gewohnt ohne Voranmeldung besucht werden.

Nichtmitglieder sind in allen Kursen zum Schnuppern herzlich eingeladen.

Viel Freude bei den Kursen!

Eure Abteilung Fitness & Gesundheit