

	Harmonika- freunde	Mörikeschule Turnhalle	Mörikeschule Gymnastikhalle	Steinturn- halle	Sportzentrum kleine Halle	Georgii- Halle
<b>Montag</b>	<b>Doris</b> Fitness- Gymnastik 9:30 - 11:00	<b>Jutta</b> 50 plus 18:40 - 19:40 <b>Anja</b> Fitness- Gymnastik 19:45 - 21:15	<b>Jutta/Kurs</b> Beckenboden- Gymnastik 16:30 - 17.15 <b>Jutta/Kurs</b> Fit bis ins hohe Alter 17:25 - 18:25			
<b>Dienstag</b>	<b>Jutta / Kurs</b> step & stretch 50 plus 08:30 - 09:30 10.9. - 26.11.19 <b>Petra B./Kurs</b> Fit und gesund im Alter 9:30 - 10:30 <b>Petra B./Kurs</b> Fit und gesund im Alter 10:30 - 11.30	<b>Sibylle / Kurs</b> Hatha-Yoga 19:00 - 20:15 <b>Sibylle</b> Fitness- Gymnastik 20:30 - 21:30	<b>Jutta</b> Fit und mobil 17:10 - 18:10 <b>Anja /Kurs</b> Zumba 19:15 - 20:15			
<b>Mittwoch</b>	<b>Jutta/Kurs</b> Ganzkörperkräftigung 8:30 - 9:45 <b>Doris</b> Rehasport 9:50 - 10:35 <b>Doris</b> Rehasport 10:40 - 11:25	<b>Sibylle</b> Core and more & Entspannung 20:30 - 21:30				
<b>Donnerstag</b>				<b>Doris</b> Fitness- Gymnastik 9:30 - 11:00	<b>Sibylle/Kurs</b> Bewegen statt schonen 19:00 - 20:30	
<b>Freitag</b>	<b>Doris</b> Rehasport 8:30 - 9:30					<b>Uschi / Kurs</b> Osteoporose 17:15 - 18: 30