

Turnen & Gymnastik

Ansprechpartner:
 Stephan Margeth - 0177/7503797
 Monika Maier - 0160/90902266

Programm Sommerferien 2019 (29. Juli - 30. August)

| Mo | Di | Mi | Do | Fr |
|---|---|---|--|---|
| | 10:00-10:45 Uhr Fitnessgymnastik Angele Kaiser Sportraum | | 10:00-10:45 Uhr Fitnessgymnastik Angele Kaiser Walliser Halle 1 | 10:00-11:00 Uhr Pilates Christiane Mauersberg Sportraum |
| | 10:45-11:30 Uhr Wirbelsäulengymnastik Angele Kaiser Sportraum | | 10:45-11:30 Uhr Wirbelsäulengymnastik Angele Kaiser Walliser Halle 1 | 11:00-12:00 Uhr Zumba Christiane Mauersberg Sportraum |
| 17:30-18:30 Uhr Pilates Christiane Mauersberg Sportraum | 17:30-18:15 Uhr Wirbelsäulengymnastik Monika Maier Walliser Halle 1 | | | |
| 18:30-19:30 Uhr Zumba Christiane Mauersberg Sportraum | 18:15-19:00 Uhr Bauch-Beine-Po Monika Maier Walliser Halle 1 | 18:15-19:45 Uhr Yoga Hans Michael Huber Sportraum | 18:30-19:15 Uhr Stretching Gertraud Thau Walliser Halle 1 | |
| 19:30-20:30 Uhr Functional Training Christiane Mauersberg Sportraum | | | | |

Sportraum: Graubündener
 Str. 102 - Unter der
 Tennishalle

Walliser Halle: Schule
 Walliser Straße 5