

Hardtberghalle

Gymnastikraum			Ringerzentrum
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
			11:15 - 12:15 Pilates 2 mit Susanne
15:00 - 16:00 Ortho - Sport Gr. 1 mit Susanne			
		17:00 - 18:00 Sanftes Yoga mit Christina	
	17:30 - 18:30 Pilates 6 mit Susanne		
18:00 - 19:00 Pilates 1 mit Silke		18:15 - 19:15 Weiterführendes Yoga mit Christina	
19:00 - 20:00 Zumba mit Silke	18:45 - 19:45 Ortho - Sport Gr. 2 mit Yvonne		

Outdoor

Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		9:30 - 11:00 Nordic Walking mit Bea Brüser Berg
10:00 - 11:00 Nordic Walking mit Anna Messdorfer Feld		
	18:00 - 19:00 Nordic Walking mit Anna Messdorfer Feld	

Interesse an Ortho - Sport?

Dann schick uns eine Mail an: fsttmocki@t-online.de