

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Kontakte
	9:00 – 9:55 FerienFit Einfeldhalle <i>Renate</i>	9:20 – 10:20 Seniorengym Tanzsaal <i>Gabi</i>	9:00 – 9:50 Rehasport Tanzsaal <i>Renate</i>	9:15 – 10:15 Pilates Tanzsaal <i>Anja</i> 3.7./10.7.	Anja <a href="mailto:vsgamr@web.de">vsgamr@web.de</a>
10:00 - 10:50 Rehasport Outdoor Saubrücke <i>Renate</i>	9:30 – 11:00 Yoga Tanzsaal <i>Josef</i> 30.6./7.7./14.7.	10:30 – 11:30 Seniorengym Tanzsaal <i>Gabi</i>	10:00 - 10:50 Rehasport Tanzsaal <i>Renate</i>	10:30 – 11:30 Pilates Tanzsaal <i>Anja</i> 3.7./10.7.	Gabi Gabi-Zimmer@gmx.de
11:00 -11:50 Rehasport Outdoor <i>Renate</i>	10:05 – 11:00 FerienFit Einfeldhalle <i>Renate</i>		11:00 -11:50 Rehasport <i>Tanzsaal Renate</i>		Josef juppniessen@t-online.de
14:00 – 15:00 Bodyworkout Tanzsaal <i>Nicole</i>					Karin k.daebnitz@velbert.de
				17:00 – 18:30 Walken Outdoor <i>Anja</i> 3.7./10.7.	Nicole fitness@dpt-mitmir.de
17:45 – 18:45 Bodyworkout online <i>Anja</i> 29.6./6.7./10.8.	17:00 – 17:55 FerienFit Einfeldhalle <i>Renate</i>	17:30 – 18:30 Pilates Tanzsaal <i>Karin</i> 22.7./29.7./5.8.	17:00 – 18:00 Bodyworkout Einfeldhalle <i>Nicole</i>	17:00 – 18:00 Rehasport Tanzsaal <i>Karin</i>	Nina knop.nina@googlemail.com
18:00 – 18:50 Rehasport Outdoor Saubrücke <i>Renate</i>	18:05 – 19:00 FerienFit Einfeldhalle <i>Renate</i>		18:00 -18:55 Step Tanzsaal <i>Nina</i>	18:15 – 19:15 Fitness Tanzsaal <i>Karin</i>	Renate Renaadecalenberg@web.de
18:00 – 19:30 Yoga Einfeldhalle <i>Josef</i> 29.6./6.7./13.7.		18:00 – 19:30 Yoga <i>Josef</i> 1.7./8.7./15.7.	18:15 – 19:30 BODYART online <i>Anja</i> 2.7./9.7.		Steffi steffi.hummernbrum@gmx.de
19:00 – 20:00 Rückentraining online <i>Anja</i>	18:15 – 19:30 Fitnessgym Tanzsaal <i>Uta</i>	18:45 – 19:45 Pilates Tanzsaal <i>Karin</i> 22.7./29.7./5.8.	19:05 – 19:55 FerienFit Tanzsaal <i>Renate</i>		Uta u.leyener@gmx.de
	19:30 – 20:30 Fitnessgym Einfeldhalle <i>Steffi</i>		19:45 - 21:00 Yoga online <i>Anja</i> 2.7./9.7.		
			20:05 – 21:05 Rehasport Tanzsaal <i>Renate</i>		

Bitte beachten:

Auf Grund limitierter Teilnehmerplätze in den Angeboten muss eine verbindliche Anmeldung beim entsprechenden Übungsleiter erfolgen!