

Fitness und Sport - Sommerferien 2024

Donnerstag	25.07.	18.00-19.30	Fitness mit Lilli B	H-motiv
Freitag	26.07.	17.30-19.00	Fitness mit Alexandra	H-motiv
Freitag	26.07.	19.00-20.00	Reha Ortho mit Alexandra	Sps-motiv
Samstag	27.07.	10.00-11.30	Step & Shape mit Anne A.	GH-KW-g
Montag	29.07.	09.00-10.00	Gymnastik mit Birgit	Outdoor KW / GH-KW-g
Montag	29.07.	18.00-19.00	WSG mit Marie	Sps-motiv
Montag	29.07.	19.10-20.10	BBP mit Marie	Sps-motiv
Dienstag	30.07.	18.00-19.30	Fitness mit Birgit	H-motiv
Dienstag	30.07.	19.30-20.30	Yoga mit Sandra	Sps-motiv
Mittwoch	31.07.	09.00-10.00	Gymnastik mit Jessica M.	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	31.07.	10.00-11.00	WSG mit Jessica M.	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	31.07.	18.00-19.00	Reha Sport Innere mit Bettina W.	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	31.07.	19.10-20.00	Fit mix im Grünen mit Bettina W.	Outdoor KW
Donnerstag	01.08.	18.00-19.30	Fitness mit Oliver S.	H-motiv
Donnerstag	01.08.	19.00-20.00	Outdoor Power cross mit Desmond	Outdooranlage motiv
Freitag	02.08.	09.00-10.00	WSG mit Alexandra	Outdoor KW / GH-KW-k
Freitag	02.08.	10.00-11.00	Reha Sport Ortho mit Alexandra	Outdoor KW / GH-KW-k
Freitag	02.08.	17.30-19.00	Fitness mit Marie	H-motiv
Samstag	03.08.	10.00-11.30	Step & Shape mit Jessica B.	GH-KW-g
Montag	05.08.	09.00-10.00	Gymnastik mit Jessica M.	Outdoor KW / GH-KW-g
Montag	05.08.	18.00-19.00	BBP mit Karin	Sps-motiv
Montag	05.08.	19.10-20.10	Rückenfit mit Karin	Sps-motiv
Dienstag	06.08.	18.00-19.30	Fitness mit Jessica M.	H-motiv
Mittwoch	07.08.	09.00-10.00	Gymnastik mit Oliver Z.	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	07.08.	10.00-11.00	Reha Ortho mit Oliver Z.	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	07.08.	19.10-20.00	Fit mix im Grünen mit Verena	Outdoor KW
Donnerstag	08.08.	18.00-19.30	Fitness mit Karin	H-motiv
Freitag	09.08.	09.00-10.00	Pilates mit Jessica M.	Outdoor KW / GH-KW-k
Freitag	09.08.	10.00-11.00	WSG mit Jessica M.	Outdoor KW / GH-KW-k
Freitag	09.08.	17.30-19.00	Fitness mit Alexandra	H-motiv
Samstag	10.08.	10.30-11.30	Step & Shape mit Jessica B.	GH-KW-g
Montag	12.08.	09.00-10.00	Faszienfit mit Silke K.	Outdoor KW / GH-KW-g
Montag	12.08.	18.00-19.00	Rückenfit mit Oliver Z.	Sps-motiv
Montag	12.08.	19.00-20.00	BBP mit Oliver Z.	Sps-motiv
Dienstag	13.08.	18.00-19.30	Fitness mit Karin	H-motiv
Dienstag	13.08.	19.30-20.30	Yoga mit Uta	Sps-motiv
Mittwoch	14.08.	10.00-11.00	Gymnastik mit Silke K.	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	14.08.	18.00-19.00	WSG mit Silke K.	Outdoor KW
Mittwoch	14.08.	19.10-20.00	Fit mix im Grünen mit Silke K.	Outdoor KW
Donnerstag	15.08.	18.00-19.30	Fitness mit Karin	H-motiv
Donnerstag	15.08.	18.00-19.00	Meditation & Atemübungen mit Anne S.	GH-KW-n
Freitag	16.08.	09.00-10.00	Qi Gong mit Annette	Outdoor KW / GH-KW-k
Freitag	16.08.	10.00-11.00	Reha Sport Neuro mit Annette	Outdoor KW / GH-KW-k
Freitag	16.08.	16.00-17.00	Indoor Cycling mit Bea	Sps-motiv
Freitag	16.08.	17.30-19.00	Fitness mit Bea	H-motiv
Montag	19.08.	09.00-10.00	Gymnastik mit Karin	Outdoor KW
Montag	19.08.	18.00-19.00	Indoor X Cycling mit Bea	Sps-motiv
Montag	19.08.	19.10-20.10	Power Dumbbell mit Bea	Sps-motiv
Dienstag	20.08.	18.00-19.30	Fitness mit Lisa	H-motiv
Dienstag	20.08.	19.30-20.30	Zumba mit Lisa	Sps-motiv

Mittwoch	21.08.	10.00-11.00	Gymnastik mit Lisa	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	21.08.	11.00-12.00	Reha Sport Ortho mit Lisa	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	21.08.	19.10-20.00	Fit mix im Grünen mit Karin	Outdoor KW
Donnerstag	22.08.	18.00-19.30	Fitness mit Silke S.	H-motiv
Donnerstag	22.08.	18.00-19.00	Yoga mit Uta	Outdoor KW / GH-KW-g
Freitag	23.08.	09.00-10.00	Qi Gong mit Annette	Outdoor KW / GH-KW-k
Freitag	23.08.	10.00-11.00	Reha Sport Neuro mit Annette	Outdoor KW / GH-KW-k
Freitag	23.08.	17.30-19.00	Fitness mit Silke S.	H-motiv

Montag	26.08.	07.30-08.30	Outdoor Power cross mit Olliver M.	Outdooranlage motiv
Montag	26.08.	09.00-10.00	Gymnastik mit Birgit	Outdoor KW / GH-KW-g
Montag	26.08.	18.00-19.00	Rückenfit mit Anika	Sps-motiv
Montag	26.08.	19.00-20.00	BBP mit Anika	Sps-motiv
Dienstag	27.08.	18.00-19.30	Fitness mit Birgit	H-motiv
Dienstag	27.08.	19.30-20.30	Power Yoga mit Uta	Sps-motiv
Mittwoch	28.09.	07.30-08.30	Outdoor Power cross mit Olliver M.	Outdooranlage motiv
Mittwoch	28.08.	10.00-11.00	Gymnastik mit Alexandra	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	28.08.	11.00-12.00	Reha Sport Ortho mit Alexandra	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	28.08.	18.00-19.00	Reha Sport Innere mit Bettina W.	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	28.08.	19.10-20.00	Fit mix im Grünen mit Bettina W.	Outdoor KW
Donnerstag	29.08.	18.00-19.30	Fitness mit Oliver S.	H-motiv
Donnerstag	29.08.	18.00-19.00	Yoga mit Sandra	GH-KW-n
Freitag	30.08.	09.00-10.00	WSG mit Alexandra	Outdoor KW / GH-KW-k
Freitag	30.08.	10.00-11.00	Reha Sport Ortho mit Alexandra	Outdoor KW / GH-KW-k
Freitag	30.08.	17.30-19.00	Fitness mit Anika	H-motiv

Montag	02.09.	09.00-10.00	Gymnastik mit Birgit	Outdoor KW / GH-KW-g
Montag	02.09.	18.00-19.00	Athletik Flow mit Iva	Sps-motiv
Montag	02.09.	19.10-20.10	Tae Box mit Iva	Sps-motiv
Dienstag	03.09.	18.00-19.30	Fitness mit Lilli B.	H-motiv
Dienstag	03.09.	19.30-20.30	Yoga mit Uta	Sps-motiv
Mittwoch	04.09.	07.30-08.30	Outdoor Power cross mit Olliver	Outdooranlage motiv
Mittwoch	04.09.	09.00-10.00	Gymnastik mit Marie	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	04.09.	10.00-11.00	WSG mit Marie	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	04.09.	18.00-19.00	Reha Sport Ortho mit Anika	Outdoor KW / GH-KW-g
Mittwoch	04.09.	19.10-20.00	Fit mix im Grünen mit Anika	Outdoor KW
Donnerstag	05.09.	18.00-19.30	Fitness mit Lilli B.	H-motiv
Donnerstag	05.09.	18.00-19.00	Yin Yoga mit Anne S.	GH-KW-n
Freitag	06.09.	09.00-10.00	Pilates mit Jessica M.	Outdoor KW / GH-KW-k
Freitag	06.09.	10.00-11.00	WSG mit Jessica M.	Outdoor KW / GH-KW-k
Freitag	06.09.	17.30-19.00	Fitness mit Anika	H-motiv
Samstag	07.09.	10.00-11.00	Step mit Anne A.	GH-KW-g
Samstag	07.09.	11.15-12.14	Pilates mit Anne A.	GH-KW-g

GH-KW-g	Große Gymnastikhalle / Sportpark Kräherwald
GH-KW-k	Kleine Gymnastikhalle / Sportpark Kräherwald
GH-KW-n	Neue Gymnastikhalle / Sportpark Kräherwald
H-motiv	Sporthalle Motiv / Sportpark Feuerbacher Tal
Sps-motiv	Spiegelsaal Motiv / Sportpark Feuerbacher Tal
Outdoor KW	Sportpark Kräherwald / Bei Regenwetter Gymnastikhallen Kräherwald
Outdooranlage Motiv	Sportpark Feuerbacher Tal / Outdoor Funktional Bereich Motiv