

# Fitness und Sport - Sommerferien 2019

Samstag	27.07. - 10.30-11.30	Pilates mit Anne	GH-KW-g
Samstag	27.07. - 11.30-12.30	Step mit Anne	GH-KW-g
Montag	29.07. - 18.00-19.00	Indoor Cycling mit Bea.	Sps-motiv
Montag	29.07. - 19.10-20.10	Power Dumbell mit Bea	Sps-motiv
Dienstag	30.07. - 18.00-19.30	Fitness mit Katharina	H-motiv
Dienstag	30.07. - 19.30-20.30	Power Yoga mit Uta	Sps-motiv
Mittwoch	31.07. - 17.00-18.00	Gymnastik mit Verena Inga	H-KW
Mittwoch	31.07. - 18.00-19.00	Faszien Fit mit Silke	Sps-motiv
Mittwoch	31.07. - 19.10-20.00	Sport im Park mit Verena Inga	Sportanlage KW
Donnerstag	01.08. - 18.00-19.30	Fitness mit Silke	H-motiv
Donnerstag	01.08. - 20.00-21.00	Zumba mit Evamaria	Sps-motiv
Freitag	02.08. - 10.30-11.30	Reha Arthrose mit Alexandra	GH-KW-k
Freitag	02.08. - 11.30-12.30	Reha WSG mit Alexandra	GH-KW-k
Freitag	02.08. - 17.30-19.00	Fitness mit Jessica M.	H-motiv
Samstag	03.08. - 10.30-11.30	Deepwork mit Anne	GH-KW-g
Samstag	03.08. - 11.30-12.30	Step mit Anne	GH-KW-g
Montag	05.08. - 18.00-19.00	Reha Ortho mit Karin	Sps-motiv
Montag	05.08. - 19.10-20.10	WSG mit Karin	Sps-motiv
Dienstag	06.08. - 18.00-19.30	Fitness mit Birgit	H-motiv
Dienstag	06.08. - 19.30-20.30	Power Yoga mit Uta	Sps-motiv
Mittwoch	07.08. - 17.00-18.00	Gymnastik mit Philipp	H-KW
Mittwoch	07.08. - 19.10-20.00	Sport im Park mit Philipp	Sportanlage KW
Donnerstag	08.08. - 18.00-19.30	Fitness mit Karin	H-motiv
Donnerstag	08.08. - 20.00-21.00	Zumba mit Evamaria	Sps-motiv
Freitag	09.08. - 10.30-11.30	Gymnastik mit Bettina W.	GH-KW-k
Freitag	09.08. - 11.30-12.30	Reha Sport Innere mit Bettina W.	GH-KW-k
Freitag	09.08. - 17.30-19.00	Fitness mit Tobias	H-motiv
Montag	12.08. - 18.00-19.00	Indoor Cycling mit Jessica E.	Sps-motiv
Montag	12.08. - 19.00-20.00	Step & Style mit Jessica E.	Sps-motiv
Dienstag	13.08. - 18.00-19.30	Fitness mit Katharina	H-motiv
Dienstag	13.08. - 19.30-20.30	Yoga mit Uta	Sps-motiv
Mittwoch	14.08. - 17.00-18.00	Gymnastik mit Katharina	H-KW
Mittwoch	14.08. - 18.00-19.00	WSG mit Karin	Sps-motiv
Mittwoch	14.08. - 19.10-20.00	Sport im Park mit Katharina	Sportanlage KW
Donnerstag	15.08. - 18.00-19.30	Fitness mit Jessica E.	H-motiv
Donnerstag	15.08. - 20.00-21.00	Zumba mit Evamaria	Sps-motiv
Freitag	16.08. - 10.30-11.30	Reha Ortho mit Jessica E.	GH-KW-k
Freitag	16.08. - 17.30-19.00	Fitness mit Jessica E.	H-motiv
Samstag	17.08. - 10.30-11.30	Step mit Alexandra	Sps-motiv
Samstag	17.08. - 11.30-12.30	BBP mit Alexandra	Sps-motiv
Montag	19.08. - 16.00-17.00	Reha Ortho mit Julia	Sps-motiv
Montag	19.08. - 18.00-19.00	Fitmix mit Tatjana	Sps-motiv
Montag	19.08. - 19.00-20.00	BBP mit Tatjana	Sps-motiv
Dienstag	20.08. - 18.00-19.30	Fitness mit Tatjana	H-motiv
Dienstag	20.08. - 19.30-20.30	Yoga mit Uta	Sps-motiv
Mittwoch	21.08. - 17.00-18.00	Gymnastik mit Marc	H-KW
Mittwoch	21.08. - 18.00-19.00	WSG mit Tatjana	Sps-motiv
Mittwoch	21.08. - 19.10-20.00	Sport im Park mit Marc	Sportanlage KW

Donnerstag	22.08. - 18.00-19.30	Fitness mit Philipp	H-motiv
Donnerstag	22.08. - 20.00-21.00	Zumba mit Evamaria	Sps-motiv
Freitag	23.08. - 17.30-19.00	Fitness mit Marc	H-motiv
Freitag	23.08. - 19.00-20.00	Rückenfit mit Marc	Sps-motiv
Samstag	24.08. - 10.30-11.30	Pilates mit Anne	GH-KW-g
Samstag	24.08. - 11.30-12.30	Step mit Anne	GH-KW-g
Montag	26.08. - 16.00-17.00	Reha Ortho mit Julia	Sps-motiv
Montag	26.08. - 18.00-19.00	Indoor Cycling mit Bea	Sps-motiv
Montag	26.08. - 19.00-20.00	Power Dumbell mit Bea	Sps-motiv
Dienstag	27.08. - 18.00-19.30	Fitness mit Marc	H-motiv
Dienstag	27.08. - 19.30-20.30	Antara mit Regina	Sps-motiv
Mittwoch	28.08. - 17.00-18.00	Gymnastik mit Anika	H-KW
Mittwoch	28.08. - 17.00-18.00	Reha WSG mit Alexandra	Sps-motiv
Mittwoch	28.08. - 18.00-19.00	BBP mit Alexandra	Sps-motiv
Mittwoch	28.08. - 19.10-20.00	Sport im Park mit Anika	Sportanlage KW
Donnerstag	29.08. - 18.00-19.30	Fitness mit Oliver Z.	H-motiv
Donnerstag	29.08. - 20.00-21.00	Zumba mit Evamaria	Sps-motiv
Freitag	30.08. - 10.30-11.30	Qi Gong mit Elke	GH-KW-k
Freitag	30.08. - 11.30-12.30	Reha Sport Innere mit Elke	GH-KW-k
Freitag	30.08. - 17.30-19.00	Fitness mit Oliver Z.	H-motiv
Samstag	31.08. - 10.30-11.30	Qi Gong mit Regina	Sps-motiv
Samstag	31.08. - 11.30-11.30	Yogilates mit Regina	Sps-motiv
Montag	02.09. - 16.00-17.00	Reha Ortho mit Julia	Sps-motiv
Montag	02.09. - 18.00-19.00	Pilates mit Jessica M.	Sps-motiv
Montag	02.09. - 19.10-20.10	WSG mit Jessica M.	Sps-motiv
Dienstag	03.09. - 18.00-19.30	Fitness mit Bea	H-motiv
Dienstag	03.09. - 19.30-20.30	Step mit Bea	Sps-motiv
Mittwoch	04.09. - 17.00-18.00	Gymnastik mit Marc	H-KW
Mittwoch	04.09. - 18.00-19.00	Tae Bo mit Iva	Sps-motiv
Mittwoch	04.09. - 19.10-20.00	Sport im Park mit Marc	Sportanlage KW
Donnerstag	05.09. - 18.00-19.30	Fitness mit Oliver S.	H-motiv
Donnerstag	05.09. - 20.00-21.00	Zumba mit Evamaria	Sps-motiv
Freitag	06.09. - 10.30-11.30	WSG mit Tatjana	GH-KW-k
Freitag	06.09. - 11.30-12.30	Reha Sport Innere mit Tatjana	GH-KW-k
Freitag	06.09. - 17.30-19.00	Fitness mit Iva	H-motiv
Samstag	07.09. - 10.30-11.30	Antara mit Regina	Sps-motiv
Samstag	07.09. - 11.30-12.30	Yoga mit Regina	Sps-motiv
Montag	09.09. - 18.00-19.00	Indoor Cycling mit Bea	Sps-motiv
Montag	09.09. - 19.00-20.00	Power Dumbell mit Bea	Sps-motiv
Dienstag	10.09. - 18.00-19.30	Fitness mit Marc	H-motiv
Dienstag	10.09. - 19.30-20.30	Yogilates mit Silke	Sps-motiv

#### Legende:

GH-KW-g	Große Gymnastikhalle Sportanlage Kräherwald
GH-KW-k	Kleine Gymnastikhalle Sportanlage Kräherwald
H-KW	Sporthalle Kräherwald
H-motiv	Sporthalle Motiv
Sps-motiv	Spiegelsaal Motiv
Sportanlage KW	Sportanlage Kräherwald