

Kurse 2020

Aqua

Montag (8:30/ 9:15/ 14:30/ 16:45/ 17:30)	27.01.2020 – 30.03.2020 20.04.2020 – 29.06.2020
Dienstag (10:15/ 14:30/ 15:15/ 16:00/ 17:45)	28.01.2020 – 31.03.2020 14.04.2020 – 16.06.2020
Mittwoch (13:30/ 14:15)	29.01.2020 – 01.04.2020 15.04.2020 – 17.06.2020
Donnerstag (15:15/ 16:00/ 16:45/ 17:30)	30.01.2020 – 02.04.2020 16.04.2020 – 25.06.2020

Pilates

Montag 16:00 (GK)	20.01.2020 – 23.03.2020 20.04.2020 – 29.06.2020 27.07.2020 – 28.09.2020 05.10.2020 – 07.12.2020
Montag 17:00 (DK)	20.01.2020 – 30.03.2020 20.04.2020 – 29.06.2020 27.07.2020 – 28.09.2020 05.10.2020 – 07.12.2020

Qi Gong

Dienstag 16:45	ab 14.01.2020 Ab 07.04.2020 Ab 28.07.2020 Ab 27.10.2020
----------------	--

Rückenschule

Mittwoch 17:30	08.01.2020 – 11.03.2020 27.05.2020 – 29.07.2020 14.10.2020 – 16.12.2020
----------------	---

Freitag 11:00
10.01.2020 – 13.03.2020
20.03.2020 – 12.06.2020
19.06.2020 – 21.08.2020
28.08.2020 – 30.10.2020

Herz-Kreislauf Training Indoor

Mittwoch 17:30
18.03.2020 – 20.05.2020
05.08.2020 – 07.10.2020

Beckenbodengymnastik

Donnerstag 16:00
Mittwoch 16:00
16.01.2020 - 19.03.2020
16.09.2020 - 18.11.2020

PMR

Dienstag 16:00 – 17:00
18.02.2020 – 28.04.2020

Autogenes Training

Dienstag 15:30
01.09.2020 – 10.11.2020

Faszienyoga

Dienstag 17:30 – 18:30
18.02.2020 – 28.04.2020

Skigymnastik

Montag und Mittwoch 18:30
13.01.2020 – 05.02.2020
30.11.2020 – 23.12.2020
11.01.2021 – 03.02.2021

Senior Fit

Donnerstag 10:30
09.01.2020 – 12.03.2020
19.03.2020 – 28.05.2020
04.06.2020 – 06.08.2020
13.08.2020 – 15.10.2020
22.10.2020 – 07.01.2020