



Belegungsplan Fitnessraum im Sportheim Winter 2018 / 2019



gültig ab 1.10.2018

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
	9.00 - 10.00 Uhr Workout Inge Kiefer Tel. 8383			9.30 - 11.00 Uhr gesundheitsorientiertes Training S. Weichselgartner Tel. 8583		
	14:45 - 15:30 kreativer Kindertanz 16:00 - 17:00 Zumba - Kids Annette Stockinger Tel.: 7497410	18.15 - 19.15 Uhr Thai-Bo Sabine Matzner Tel.: 7471401	18.00 - 19.00 Uhr Work out Sabine Matzner Tel.: 7471401		10:00 Uhr - 12:00 Uhr Gardetanz Kinder ab 8 Jahren Tenge Barbara Tel.: 748160	
19:30 - 20.30 Uhr Body - Styling Silvia Neumayr Tel.: 8641	18:00 - 19:00 Faszien - Training Christine Seimel Tel.: 08671/883581		19:15 - 20:15 Uhr Wohlfühlgymnastik Max Baumgartner Tel. 8623			17:00 - 20:00 Uhr Boogie Rabl Wolfgang Tel. 08671/71478
	19:00 - 20:00 Uhr Kangoo Christine Seimel Tel.: 08671/883581					

Da immer wieder Änderungen möglich sind, bitten wir Neuzugänge, vor Antritt der Übungsstunde mit dem Übungsleiter zu sprechen.