

## Aktueller Plan ab 8. Juni 2020

<u>Montag</u>	<u>Dienstag</u>	<u>Mittwoch</u>	<u>Donnerstag</u>	<u>Freitag</u>
9.00 – 10.00 Fit von Kopf bis Fuß 60 plus Gruppe 1 Gudrun Henning			9.30 – 10.30 Fit von Kopf bis Fuß 60 plus  Gudrun Henning	
10.15 – 11.15 Fit von Kopf bis Fuß 60 plus Gruppe 2 Gudrun Henning				
17.15 – 18.15 Fit von Kopf bis Fuß  Gudrun Henning	17.00 – 18.15 Yoga Gruppe 1 Petra Kirschnick de Sosa			17.45 – 18.45 Zumba  Claas Gaul
18.30 – 19.30 Männer-Fitness  Britta Schubring	18.30 – 19.45 Yoga Gruppe 2 Petra Kirschnick de Sosa		18.00 – 19.00 Rückenfit  Gudrun Henning	
19.45 – 20.45 Step-Aerobic / Workout  Britta Schubring	20.00 – 20.45 Rückenyooga  Petra Kirschnick de Sosa			

