



<b>Montag</b>	<u>19 - 20 Uhr</u>	<b><u>Damengymnastik:</u></b> <b><i>Ganzkörper- und Koordinationstraining</i></b> (mit Steppern, Hanteln, Tubes, etc.) mit <b>Ilona und Margit</b>
<b>Dienstag</b>	<u>18 - 19 Uhr</u>	<b><i>Rücken- und Koordinationstraining</i></b> für Junggebliebene ab 50 und natürlich Alle, die sich fit halten wollen mit <b>Marion und Jutta</b>
<b>Dienstag</b>	<u>19 - 20 Uhr</u>	<b><i>Bodyworkout</i></b> mit <b>Renate</b>
<b>Donnerstag</b>	<u>19 - 20 Uhr</u>	<b><i>Yoga</i></b> mit <b>Elke</b>

## **NEU AB NOVEMBER:**

<b>Freitag</b>	<u>14.00 - 15 Uhr</u>	<b><i>Kinderturnen</i></b> , 8 bis 12 Jahre mit <b>Benny</b>
<b>Freitag</b>	<u>15.00 - 16 Uhr</u>	<b><i>Kinderturnen</i></b> , 5 bis 8 Jahre mit <b>Benny und Holger</b>
<b>Freitag</b>	<u>16.00 - 17 Uhr</u>	<b><i>Eltern- Kindturnen</i></b> , 2 1/2 bis 5 Jahre mit <b>Holger</b>