

Nach unserem Motto „Einfach machen und das einfach machen“

Kursplan Schefestr. 4



§20: geschlossener Präventionskurs

X: Keine Plätze frei

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
09.30 – 10.30 Zumba Gold Carmen		9.30 - 10.30 Easy Fit, 60 Min. Cynthia	09.30 – 10.30 Functional Training Carmen	09.30 – 10.30 Easy Fit, 60 Min. Cynthia	09.00 – 10.00 Zumba Gold Carmen im Franziskushaus
10.45 – 11.45 Entspannung Pia		10.30-11.00 Easy Fit, 30 Min. Cynthia	10.35 - 11.35 Functional Training Carmen	10.30-11.00 Easy Fit, 30 Min. Cynthia	
16.30 - 17.30 Tischtennis Achim		16.30 - 18.00 Werkeln & Klönen Bärbel & Silke			
17.30 – 18.30 Functional Training Carmen		18.30 – 19.30 PMR §20 ab dem 12.2.,Melli G.	17.25 - 18.25 Qigong Verein FAKT	18.00 – 19.00 Pilates §20 Melli G.	
18.35 – 19.35 Functional Training Carmen	18.00 - 19.00 Men- Power, X Sandra	18.30 - 20.00 Autogenes Training §20 ab dem 11.3., Bettina	18.30 – 19.30 Mixed Power, X Melli S.	19.30 - 20.30 Pilates §20 Melli G.	

Stand:02/2020

Anmeldung unter 04151 / 866 92 02 oder inklusionszentrum@gmail.com