
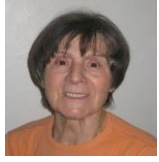







Marita Ledebur, Tel. 0421 802301				
Mo	09.30-10.30 h	Callanetics	Tanzsaal Vereinsheim	
	10.45-11.45 h	Callanetics	Tanzsaal Vereinsheim	
Mi	15.00-16.00 h	Nackenschule, Wirbelsäule, Rücken	Sporth. Blockener Str.	
Do	09.30-10.30 h	Wellness/Entsp.	Tanzsaal Vereinsheim	
	10.45-11.45h	Beckenbodentrain.	Tanzsaal Vereinsheim	
Helga Moede, Tel. 0421 562337				
Di	ab 18.00 h	Walking	Treffp. Vereinsheim	
Do	ab 18.00 h	Walking	Treffp. Vereinsheim	
Gosia Gliwa, Tel. 0421 5659860				
Mo	18.30-19.30 h	Gymnastik Frauen	Sporth. Grundschule	
Di	17.30-18.45 h	Yoga Gym	Tanzsaal Vereinsheim	
Mi	17.45-18.45 h	Bewegungs-, Muskel- u. Rückentraining	Tanzsaal Vereinsheim	
Do	19.30-20.30 h	Yoga Gym	Sporth. Grundschule	
Ulrike Amelsberg, Tel. 0421 561602				
Mo	18.00-19.00 h	TABATA-Kurs	Sporth. Blockener Str.	
	19.00-20.00 h	Intervall-Training		
Di	08.15-09.15 h	Wirbelsäulengymn.	Sporthalle Pillauer Str.	
	09.15-10.15 h	Wirbelsäulengymn.	Sporthalle Pillauer Str.	
	10.30-11.30 h	Reha-Sport	Tanzsaal Vereinsheim	
Mi	19.00-20.00 h	G-Frauen, Bauch- Beine-Po	Sporth. Blockener Str.	
Mi	20.15-21.30 h	Ausdauertraining Frau und Mann	Sporth. Blockener Str.	
Svenja Ellwart, Tel. 04244 9685555				
Mi	09.00-10.00 h	Gymnastik Frauen	Sporthalle Pillauer Str.	
	10.10-11.10 h	Gymnastik Frauen	Sporthalle Pillauer Str.	
	19.15-20.15 h	Zumba-Kurs	Tanzsaal Vereinsheim	
Marianne Gärtner-Frank, Tel. 0421 563737				
Do	17.30-18.30 h	Pilates	Tanzsaal Vereinsheim	
Uta Wissemann, Tel. 01724241669				
Mo	17.40-18.40 h	Flexi-fit	Tanzsaal Vereinsheim	
Fr	09.00-10.00 h	Flexi-fit	Tanzsaal Vereinsheim	