

## MONTAG:

18:30 UHR

FUNKTIONELLE GYMNASTIK FÜR BEST AGER (50+)

19:45 UHR

PILATES ODER FUNKTIONAL FIT MEETS PILATES-  
FLOW

KURSLEITUNG: DORO KRANZ



## DIENSTAG:

19:00 - 20:00 UHR

HULLA HOOP KURS

KURSLEITUNG: MARIE MERTENS



## MITTWOCH:

18:00 & 19:15 UHR

FITNESS KENNT KEIN ALTER

KURSLEITUNG: DORO KRANZ

19:00 - 20:15 UHR

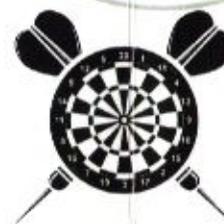
GANZKÖRPER - INTERVALL TRAINING



19:00-22:00 UHR

DARTTRAINING

KURSLEITUNG: MARKUS KRANZ



## DONNERSTAG:

16:15 - 17:15 UHR

KINDERTURNEN 4-7 JAHRE

17:20 - 18:20 UHR

KINDERTURNEN AB 2. SCHULJAHR

KURSLEITUNG: CARMEN, LARISSA, MARIE



18:30 - 19:30 UHR

RÜCKENGYMNASTIK FÜR SENIOREN

KURSLEITUNG: MARKUS HAUPTS

20:00 - 21:00 UHR

FUNKTIONAL COMPLETE BODY TRAINING

KURSLEITUNG: REGINA ZYMANTAITE

## FREITAG:

8:15 UHR

„MORNING MOVES“ PILATES

ZUM WACH WERDEN

9:30 UHR

OUTDOOR BUGGY KURS

KURSLEITUNG: DORO KRANZ

## SAMSTAG:

10:00 - 11:00 UHR

ELTERN-KIND TURNEN

KURSLEITUNG: CARMEN, LARISSA, MARIE

## INFOS & ANMELDUNG UNTER

DORO KRANZ: 0151/27180425

REGINA ZYMANTAITE: 0157/85224759

ANGELA HUHN: 02675/1653

MARKUS KRANZ: 0151/26415146

MARKUS HAUPTS: 0151/51940330

LARISSA BUTZEN: 0171/5328078

MARIE MERTENS: 0151/70065405



KURSLEITUNG: ANGELA HUHN