



Wann		Was	Zielgruppe	Teilnehmer max.	Übungsleiter	Halle	Bemerkungen	
25.03.	MO	08:30-09:30	Toso-X	E	20	Viki	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		09:40-10:30	Stretching & Mobility	E	20	Viki	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		17:30-18:30	Funktionelles Training	E	25	Aylin	UG Halle	Matte und Getränk mitbringen.
		18:00-19:00	Step Aerobic Choreo	E	25	Cristina P.	Gymnastikhalle	Niveau: Mittelstufe. Getränk mitbringen.
		19:15-20:15	BikeFit	E	24	Moni	Gymnastikhalle	Handtuch und Getränk mitbringen.
		20:30-21:30	10 to 10	E	30	Andi	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
26.03.	DI	09:00-10:00	Funktionelle Gymnastik	E/S	25	Heike	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		10:15-11:15	Faszientraining für Senioren	S	25	Sandra W.	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		17:15-18:15	Pilates mit Vorkenntnissen	E	25	Ylenia	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		17:30-18:30	Stretching & Mobility	E	25	Aylin	UG Halle	Matte und Getränk mitbringen.
		18:15-19:15	BikeFit	E	24	Stephan	Gymnastikhalle	Handtuch und Getränk mitbringen.
		19:20-20:20	Hot Iron	E	25	Stephan	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
27.03.	MI	08:30-09:30	Flexibar Toning	E/S	20	Sandra W.	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		09:45-11:00	Yoga	E/S	20	Sandra W.	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		17:00-18:00	Zumba	E/S	50	Cristina H.	Gymnastikhalle	Getränk mitbringen.
		18:00-19:00	Circl Mobility™	E	25	Cristina P.	UG Halle	Matte und Getränk mitbringen.
		18:00-19:00	HIT	E	30	Cristina H.	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		18:00-19:30	Aerial Yoga	E/S	13	Sandra W.	BWZII Bewegungsraum Brünner Str. 11	3 Sportkarte+ Kästchen werden abgehackt. Matte und Getränk mitbringen.
		19:10-20:10	10 to 10	E	30	Andi	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
28.03.	DO	18:15-19:15	10 to 10	E	30	Andi	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		19:30-20:30	BikeFit	E	24	Erich	Gymnastikhalle	Handtuch und Getränk mitbringen.
02.04.	DI	08:30-09:30	Starker Rücken	E/S	25	Moni	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		09:30-10:30	Body-Tuning	E	25	Moni	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		18:00-19:00	Stretching & Mobility	E	25	Aylin	UG Halle	Matte und Getränk mitbringen.
		18:15-19:15	BikeFit	E	24	Stephan	Gymnastikhalle	Handtuch und Getränk mitbringen.
		19:20-20:20	Hot Iron	E	25	Stephan	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		20:30-21:30	10 to 10	E	30	Andi	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
03.04.	MI	08:30-09:30	Body-Tuning Strong	E	20	Viki	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		09:40-10:30	Stretching & Mobility	E	20	Viki	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		17:00-18:00	Zumba	E/S	50	Cristina H.	Gymnastikhalle	Getränk mitbringen.
		18:00-19:00	HIT	E	30	Cristina H.	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		19:00-20:00	BikeFit	E	24	Angi	Gymnastikhalle	Handtuch und Getränk mitbringen.
		20:00-21:00	10 to 10	E	30	Andi	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
04.04.	DO	17:30-18:30	Antara	E	25	Viki	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		18:40-19:40	Power Dumbbell meets HIT	E	30	Viki	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.
		19:45-20:45	BikeFit	E	24	Erich	Gymnastikhalle	Handtuch und Getränk mitbringen.
05.04.	FR	08:15-09:15	Body Tuning Strong	E	25	Karolin	Gymnastikhalle	Bei gutem Wetter wird das Trainings auf dem Tartanplatz stattfinden. Bitte Matte und Getränk mitbringen.
		10:45-11:45	BikeFit mit Gym	E/S	24	Silke	Gymnastikhalle	Handtuch, Matte und Getränk mitbringen.
		17:00-18:00	Zumba	E/S	50	Olivier	Gymnastikhalle	Getränk mitbringen.
		18:10-19:10	Funktionelles Training	E	25	Aylin	Gymnastikhalle	Matte und Getränk mitbringen.