

Sportprogramm Erwachsene

Großsporthalle, Weinstraße 133

Grundschulhalle, Weinstraße 132

Seniorensport

Montags 17-18:30 Uhr
Helmut Blumenkamp
015174113040

Aerobic & Muskeltraining

Montag 19:20- 21:20 Uhr
Elke Engel: 01755440123

Fitnessgruppe

Montag 19:30-21 Uhr
Hubert Fuchs 017644563188

Wirbelsäulengymnastik

Montag 18-19:20 Uhr
Ursel Minges 063232269

Frauengymnastik

Donnerstag 19-20:30 Uhr
Ulla Stein 063238037022

Tabata

Mittwoch 18:15-19:10

Pilates

Mittwoch 19:10- 20:00 Uhr
Elke Engel: 01755440123

Indiaca

Montag 20-22 Uhr
Freitag 20-22 Uhr
Jürgen Daub 015118216332

FitMix Pilates

Dienstag 19-20 & 20-21 Uhr
Katharina Thies 01626022731

Wirbelsäulengymnastik

Mittwoch 20-21:30
Petra Jendrzewski 01707171171

Jazzdance

Donnerstag 19-20:30 Uhr
Lara Spielberger 017621537342

Wir freuen uns auf DICH!

Bei Fragen einfach bei den jeweiligen Übungsleitern

melden oder 015141439675 anrufen!



Hier geht's zur
Homepage