

## Gymnastikraum (TV-Halle)

| Montag  | Dienstag   | Mittwoch                                       | Donnerstag   | Freitag   |
|---|--|--|--|---|
| 8.00 - 16.00 Uhr<br>frei                                    | 8.00 - 14.00 Uhr<br>frei   | 8.00 - 9.00 Uhr<br>frei                        | 8.00 - 10.00 Uhr<br>frei                                     | 8.00 - 9.00 Uhr<br>frei                             |
|   |  | 9:00 - 10:00 Uhr<br>301 Pilates - Tanja Haas   |  | 9:00 - 10:00 Uhr<br>520 MamaFit - Christin Markgraf |
|   |  |  | 10:00 - 11:30 Uhr<br>430 BIB - Nathalie Torzilli             | 10.00 - 22.00 Uhr<br>frei                           |
|   |  | 10.00 - 14.00 Uhr<br>frei                      | 11.30 - 15.00 Uhr<br>frei                                    |   |
|   | 14.00 - 15.00 Uhr<br>Seniorengymnastik - Ingrid<br>Lobmeier      | 14.00 - 16.00 Uhr<br>RGS - Yoga f. Jugendliche | 15:00 - 16:00 Uhr<br>450 Kinderentspannung - Astrid<br>Mauch |   |
| 16.00 - 17.00 Uhr<br>Rehasport - Orthopädie<br>Tanja Palmer | 15.00 - 18.00 Uhr<br>frei  | 16.00 - 18.30 Uhr<br>frei                      | 16.30 - 17.30 Uhr<br>AOK-RückenFit - Elke Rapp               |   |
| 17.00 - 18.00 Uhr<br>Rehasport - Orthopädie<br>Tanja Palmer | 18.00 - 19.00 Uhr<br>Outdoor Fitness -<br>Tonya Petrova          | 18:30 - 19:30 Uhr<br>303 GGK - Sylke Hör       | 18.00 - 19.00 Uhr<br>Gymnastikgruppe 1 -<br>Ute Kammerer     |   |
| 18.00 - 19.00 Uhr<br>Rehasport - Orthopädie<br>Tanja Palmer | 19:00 - 20:00 Uhr<br>220 Bauch-Beine-Po - Michaela<br>Holzweißig | 19:45 - 20:45 Uhr<br>307 GGK - Sylke Hör       | 19.15 Uhr - 20.15 Uhr<br>410 Drums Alive -<br>Yvonne Walter  |   |
| 19.00 - 22.00 Uhr<br>frei                                   | 20.00 - 22.00 Uhr<br>frei  | 21.00 - 22.00 Uhr<br>frei                      | 20.30 - 22.00 Uhr<br>frei                                    |   |