



Plan der Fitnesssparte ab Januar 2023

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		<i>Zumba Gold</i> 10:30 – 12:00 Uhr Gymnastikhalle Mit Claudia Heusinger		
		<i>Fitness 50+</i> 18:00- 19:00 Uhr Sporthalle Mit Paulina Bröcker	<i>Fitness 60+</i> 17:15- 18:30 Uhr Sportlerheim auf dem Sportplatz Mit Paulina Bröcker	
<i>Hula Hoop</i> 18:30-19:30 Uhr Sporthalle Mit Lara Petersen		<i>Fitness Allrounder</i> 19:00- 20:00 Uhr Sporthalle Mit Paulina Bröcker	<i>Mobilität, Rücken & Entspannung</i> 19:00- 20:00 Uhr Gymnastikhalle Mit Paulina Bröcker	

Stand: 01.02.23

Kontakt: Paulina Bröcker

E-Mail: PaulinaBroecker@gmx.de