



## Aktuell bieten wir folgende Kurse:

|                 |  |   |
|-----------------|--|---|
| Montag          | 9.00 Uhr bis<br>10.00 Uhr                    | Tabata mit Tanja<br>(Veranstaltungsort<br>noch offen)         |
|                 | 15.30 Uhr bis<br>16.30 Uhr                   | Kinderturnen<br>(Seebachgrundhalle)                           |
|                 | 18.00 Uhr bis<br>19.00 Uhr                   | Fitness mit Sabine<br>(Schulturnhalle)                        |
|                 | 19.30 Uhr bis<br>20.30 Uhr                   | Zumba mit Claudia<br>(Schulturnhalle)                         |
| Dienstag        | 15.30 Uhr bis<br>16.30 Uhr                   | Gymnastik für Senio-<br>ren mit Brigitte<br>(Schulturnhalle)  |
| Mittwoch        | Jeden 2. Mitt-<br>woch im Monat,<br>14.00Uhr | Spazierengehen mit<br>Kathi (Treffpunkt<br>Sportheim Heßdorf) |
|                 | 10.00 Uhr bis<br>10.45 Uhr                   | Babies in Bewegung<br>mit Ela (Sportheim<br>Heßdorf)          |
|                 | 11.00 Uhr bis<br>11.45 Uhr                   | Babies in Bewegung<br>mit Ela (Sportheim<br>Heßdorf)          |
|                 | 18.00 Uhr bis<br>19.00 Uhr                   | Wirbelsäulengymnastik<br>mit Gerti<br>(Schulturnhalle)        |
|                 | 18.00 Uhr bis<br>19.00 Uhr                   | Hatha-Yoga mit Leni<br>(Sportheim Heßdorf)                    |
|                 | 19.15 Uhr bis<br>20.15 Uhr                   | Hatha-Yoga mit Leni<br>(Sportheim Heßdorf)                    |
| Donners-<br>tag | 18.30 Uhr bis<br>19.30 Uhr                   | Tabata mit Tanja<br>(Schulturnhalle)                          |
| Freitag         | 16.00 Uhr bis<br>16.50 Uhr                   | Kindertanzen 4-6 J.<br>(Schulturnhalle)                       |
|                 | 17.30 Uhr bis<br>18.30 Uhr                   | Kindertanzen 7-9 J.<br>(Schulturnhalle)                       |