

GYMWELT-ANGEBOTE

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:00-12:00 Uhr Walking für Einsteiger <i>Illenau/Maison de France</i>	09:00-11:00 Uhr Fitness an Geräten <i>LBV Halle beim Stadion</i>	16:00-17:00 Uhr Gymnastik/Tanz 8-10 Jahre <i>Altes josefshaus</i>	09:15-10:15 Uhr Aktiv bis 100 <i>Evang. Gemeindehaus</i>	09:00-11:00 Uhr Fitness an Geräten <i>LBV Halle beim Stadion</i>		
16:00-17:00 Uhr Gymnastik/Tanz 6-8 Jahre <i>Altes Josefshaus</i>	10:00-11:00 Uhr Aktiv bis 100 <i>Jahnpark-Betreutes Wohnen</i>	16:30-18:00 Uhr Gymnastik/Tanz 11-13 Jahre <i>Altes josefshaus</i>	09:30-11:00 Uhr Sport in der Krebsnachsorge <i>Altes Josefshaus</i>	11:00-13:00 Uhr Fitness an Geräten <i>LBV Halle beim Stadion</i>		
17:00-18:00 Uhr Kinderzumba 8-10 Jahre <i>J Altes Josefshaus</i>	16.30-17.30 Uhr Gesundheitsgymnastik 75+ <i>Altes Josefshaus</i>	17:15-18:15 Uhr Wirbelsäulengymnastik <i>Ballettraum/Hornisgrindehalle</i>	10:00-11:00 Uhr Aktiv bis 100 <i>„Villa Antika“ Betreutes Wohnen</i>	15:00-16:30 Uhr Sport in der Krebsnachsorge <i>Altes Josefshaus</i>	15.00-16.30 Uhr Walking <i>Illenau/Maison de France</i>	
18:00-19:00 Uhr Gymnastik/Tanz 11-14 Jahren <i>Altes Josefshaus</i>		18:30-19:30 Uhr Fitness für Frauen 60+ <i>Ballettraum</i>	15:00-16:00 Uhr Aktiv bis 100 <i>Seniorenheim Ottenhöfen</i>	16:30-17:30 Uhr Sport in der Krebsnachsorge <i>Grundschulturnhalle</i>		
			16:00-17:00 Uhr Senioren-gymnastik 75+ <i>Altes Josefshaus</i>	17:30-18:30 Uhr Gymnastik/Tanz 6-8 Jahre <i>Altes Josefshaus</i>	17:00-20:00 Uhr Parcours <i>Altes Josefshaus</i>	
			17.15-18.00 Uhr Zumba <i>Altes Josefshaus</i>			
			18.00-19.00 Uhr Bodystyling <i>Altes Josefshaus</i>			

GYMWELT 

GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

GYMWELT-ANGEBOTE

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<p>19:00-20:30 Uhr Gymnastik/Tanz Ab 15 Jahren <i>Jahnhalle</i></p>	<p>19:00-20:00 Uhr Schwimmen als Ausgleich <i>Hallenbad Freistett /Freibad Achern</i></p>	<p>19:00-20:30 Uhr Walking/Nordic Walking <i>Illenau/Maison de France</i></p>	<p>19:00-20:15 Uhr Gymnastik/Tanz Jugendliche <i>Altes Josefshaus</i></p>	<p>19:00-20:00 Uhr Basketball <i>Winfried- Rosenfelder-Halle</i></p>		
<p>20:30-21:30 Uhr Herz-Kreislauf- Training <i>Jahnhalle</i></p>	<p>20:00-22:00 Uhr Fitness an Geräten <i>LBV Halle beim Stadion</i></p>		<p>20:15-21:30 Uhr Osteoporose Vorsorge <i>Altes Josefshaus</i></p>	<p>20:30-21:30 Uhr Yoga <i>Ballettraum/Hornisgr indehalle</i></p>		

GYMWELT 
GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN