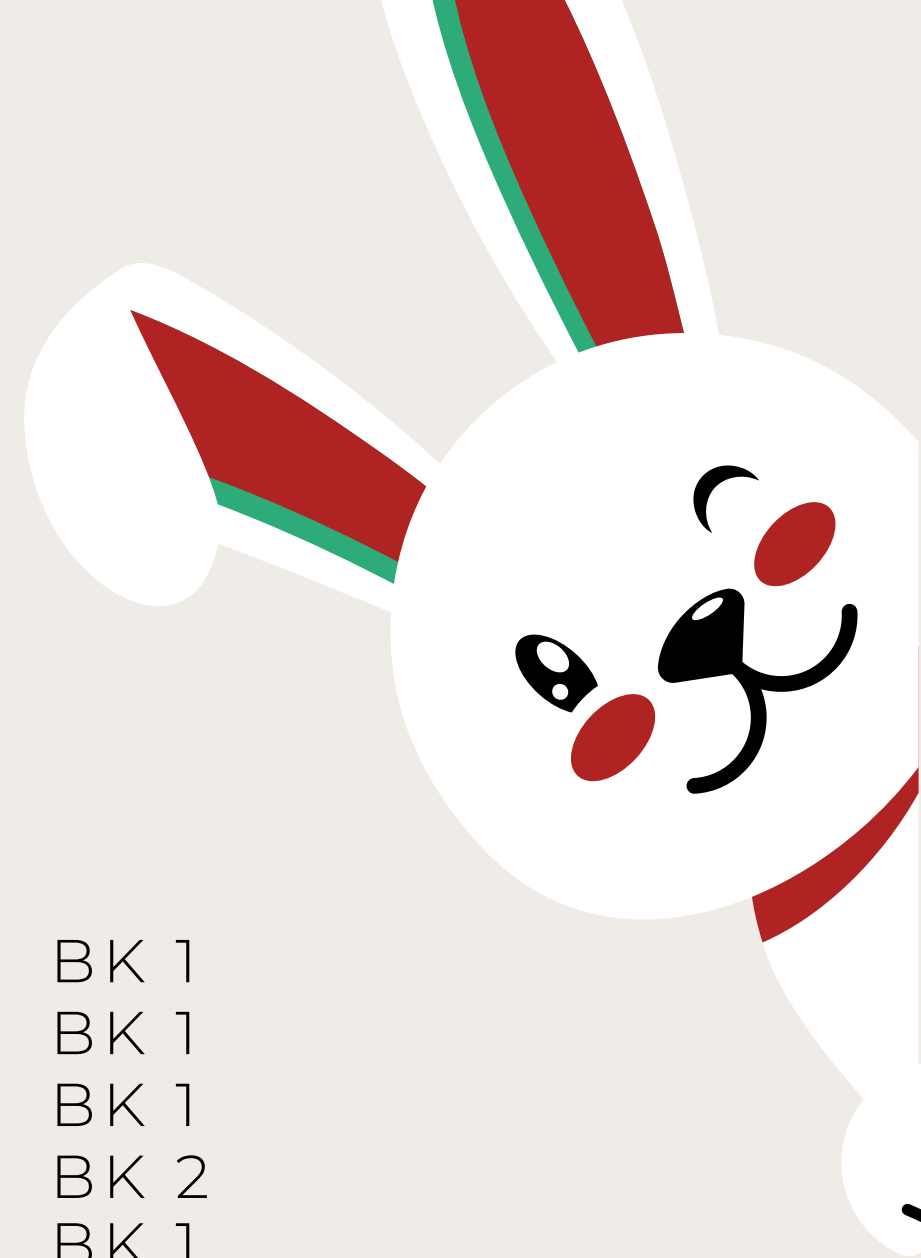


02. bis 19. April 2024

# KURSPLAN OSTERFERIEN



## Woche 1: 2. bis 5. April 2024

Dienstag, 09:00 - 10:00 Uhr	FunWorkout	BK 1
Dienstag, 11:00 - 12:00 Uhr	Line Dance	BK 1
Dienstag, 18:00 - 19:00 Uhr	Stretching	BK 1
Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr	Zumba Light	BK 2
Mittwoch, 11:00 - 12:00 Uhr	Bleib in Bewegung 60+	BK 1
Mittwoch, 18:00 - 18:45 Uhr	Functional Training	BK 2
Mittwoch, 19:00 - 19:45 Uhr	Functional Training	BK 2
Donnerstag, 10:00 - 11:45 Uhr	Muskelmix & Entspann.	BK 1
Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr	Line Dance	Aula Compeschule
Freitag, 08:00 - 09:00 Uhr	Fitness	BK 1
Freitag, 10:00 - 11:00 Uhr	Rückenschule	BK 1
Freitag, 11:00 - 12:00 Uhr	Rückenschule	BK 1
Freitag, 17:00 - 18:30 Uhr	Line Dance	Compehalle

## Woche 2: 8. bis 12. April 2024

Montag, 08:00 - 09:00 Uhr	Fitness	BK 1
Montag, 20:00 - 21:00 Uhr	Dance Fitness	BK 1
Dienstag, 09:00 - 10:00 Uhr	FunWorkout	BK 1
Dienstag, 09:00 - 10:00 Uhr	Fitness f. junge Eltern	BK 1
Dienstag, 11:00 - 12:00 Uhr	Line Dance	BK 1
Dienstag, 18:00 - 19:00 Uhr	Stretching	BK 1
Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr	Fitness	BK 1
Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr	Zumba Light	BK 2
Mittwoch, 08:00 - 09:30 Uhr	Complete Bodyworkout	BK 1
Mittwoch, 11:00 - 12:00 Uhr	Bleib in Bewegung 60+	BK 1
Mittwoch, 18:00 - 18:45 Uhr	Functional Training	BK 2
Mittwoch, 19:00 - 19:45 Uhr	Functional Training	BK 2
Donnerstag, 10:00 - 11:45 Uhr	Muskelmix & Entspann.	BK 1
Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr	Line Dance	Aula Compeschule
Freitag, 08:00 - 09:00 Uhr	Fitness	BK 1
Freitag, 10:00 - 11:00 Uhr	Rückenschule	BK 1
Freitag, 11:00 - 12:00 Uhr	Rückenschule	BK 1
Freitag, 17:00 - 18:30 Uhr	Line Dance	Compehalle

## Woche 3: 15. bis 19. April 2024

Montag, 08:00 - 09:00 Uhr	Fitness	BK 1
Montag, 20:00 - 21:00 Uhr	Dance Fitness	BK 1
Dienstag, 09:00 - 10:00 Uhr	FunWorkout	BK 1
Dienstag, 09:00 - 10:00 Uhr	Fitness f. junge Eltern	BK 1
Dienstag, 11:00 - 12:00 Uhr	Line Dance	BK 1
Dienstag, 18:00 - 19:00 Uhr	Stretching	BK 1
Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr	Fitness	BK 1
Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr	Zumba Light	BK 2
Dienstag, 19:15 - 20:30 Uhr	Funktionsgymnastik	BK 1
Mittwoch, 08:00 - 09:30 Uhr	Complete Bodyworkout	BK 1
Mittwoch, 18:00 - 18:45 Uhr	Functional Training	BK 2
Mittwoch, 19:00 - 19:45 Uhr	Functional Training	BK 2
Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr	Line Dance	Aula Compeschule
Freitag, 08:00 - 09:00 Uhr	Fitness	BK 1
Freitag, 17:00 - 18:30 Uhr	Line Dance	Compehalle