

Übungszeiten Fitness

Sportart	Zielgruppe	Tag	Uhrzeit	Ort	Übungsleiter
Fitness 	Frauen	MO	19:00 - 20:00	GRQ	Steffi Becker
	Fitness für Jedermann	MO	20:00 - 21:00	GRQ	Sieglinde Krone
	Zumba	MO	18:30 - 19:30	HDS	Britta Unfried
	Power Fitness, gemischt	DI	17:30 - 18:30	GRQ	Julia Hermsmeyer
	Frauen	MI	09:00 - 10:00	GRQ	Regine H.-Model
	Bauch, Beine, Po, Arme	MI	20:00 - 21:00	GRQ	Andrea Kraudelt
	Gymnastik nach Pilates	DO	10:00 - 11:00	GRQ	Sieglinde Krone
	Konditionstraining	DO	18:15 - 19:15	THR	Sieglinde Krone
	Pezzi Drums 1 x im Monat	DI	19.00 - 20:00	HDS	Hartmut Ritter

SHQ = Sporthalle am Querkanal | SHB = Sporthalle Brandsweg | THR = Turnhalle Rosenallee | BF = Bäderpraxis Förster

GRQ = Gymnastikraum Querkanal | HDS=Haus des SprOrts (ehem.DGH) | GAG = Graf-Anton-Günther-Schule

Stand: 01.01.2018

Tel 0441 5050936 oder info@hundsmuehlertv.de

www.hundsmuehlertv.de