

Körper und Geist im Gleichgewicht

## GYMNASTIK

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.30-10.00	-	-	<b>Walking für Körper, Geist &amp; Seele</b> Kammerforst Birgit Fuchs	-	<b>Walking für Körper, Geist &amp; Seele</b> Kammerforst Birgit Fuchs
16.00-17.00	<b>Gymnastik</b> GS St. Marien Friedel Clemens	-	-	-	-
18.00-19.00	-	-	<b>Jumping für Eltern &amp; Kind</b> GS St. Laurentius Kathrin Rumpf	<b>Pilates</b> Schulzentrum Beurig Claudia Brandl	-
18.30-20.00	-	-	-	<b>Flow-Yoga</b> Haus der Vereine Ingeborg Hauser	-
18.30-19.30	-	<b>Fit 50+</b> Schulzentrum Beurig Friedl Clemens	<b>Ganzkörper-Workout</b> Schulzentrum Beurig Marion Göbl	-	-

<p><b>19.00-20.00</b></p>	<p><b>Fitness-Gymnastik</b> Schulzentrum Beurig Annika Brandl ... <b>Jumping</b> GS St. Laurentius Kathrin Rumpf</p>	<p>–</p>	<p><b>Bauch, Beine, Po</b> GS St. Marien Bernd Schmitt ... <b>Jumping</b> GS St. Laurentius Linda Schmitt</p>	<p><b>Bodystyle</b> Schulzentrum Beurig Gabi Franz</p>	<p>-</p>
<p><b>19.30-20.30</b></p>	<p>-</p>	<p><b>Step-Aerobic</b> Schulzentrum Beurig Yvonne Hemmerling</p>	<p><b>Fitness für Menschen mit Handicap</b> Schulzentrum Beurig Marion Göbel</p>	<p>-</p>	<p>-</p>
<p><b>20.00-21.00</b></p>	<p><b>Zumba</b> Schulzentrum Beurig Maricel Diel</p>	<p>-</p>	<p>-</p>	<p>-</p>	<p>-</p>