

Körper und Geist im Gleichgewicht

GYMNASTIK

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.30-10.00	-	-	Walking für Körper, Geist & Seele Kammerforst Birgit Fuchs	-	Walking für Körper, Geist & Seele Kammerforst Birgit Fuchs
15.30-16.30	Gymnastik GS St. Marien Christine Meurer	-	-	-	-
18.00-19.00	-	-		Pilates Schulzentrum Beurig Claudia Brandl	-
18.30-20.00	-	-	-	Flow-Yoga Haus der Vereine Ingeborg Hauser	-
18.30-19.30	-	Fit 50+ Schulzentrum Beurig Friedel Clemens	Fit mit Marion Schulzentrum Beurig Marion Göbl	-	-

18.45-19.45	Fitness-Gymnastik Schulzentrum Beurig Annika Brandl ----				
19.00-20.00	----	-----	Ganzkörperworkout Bauch- Beine-Po GS St. Marien Bernd Schmitt	Bodystyle Schulzentrum Beurig Gabi Franz	-
19.00-20.15	Ashtanga Joga Haus der Vereine Tania Vermeulen	-----			
19.30-20.30	----	----	Fitness für Menschen mit Handicap Schulzentrum Beurig Marion Göbel	-	-