

## Bereich Fitness :

### !!! Aktuelle Stundenänderungen !!!

Stand : 09.08.2018

#### August 2018

Donnerstag, 09.08.2018, 16:00 Uhr, DanceFunKids - ! fällt aus !

Donnerstag, 09.08.2018, 17:00 Uhr, Zumba - ! fällt aus !

Freitag, 10.08.2018, 15:00 Uhr, Präventionsgymnastik-Herz - ! fällt aus !

Samstag, 11.08.2018, 10:00 Uhr, Zumba-Step mit Anna

Samstag, 11.08.2018, 11:00 Uhr, Zumba mit Anna

Samstag, 11.08.2018, 12:00 Uhr, Bodystyling mit Anna

Sonntag, 12.08.2018, 10:00 Uhr, Zumba mit Stephanie

Sonntag, 12.08.2018, 11:00 Uhr, STRONG mit Pauline

Sonntag, 12.08.2018, 12:00 Uhr, Bodystyling mit Peter

Montag, 13.09.2018, 15:00 Uhr, Rehabilitatives Fitnesstraining - ! fällt aus !

Dienstag, 14.08.2018, 18:00 Uhr, R/B-Fb mit Udo

Dienstag, 14.08.2018, 19:00 Uhr, Zumba mit Stephanie

Dienstag, 14.08.2018, 20:00 Uhr, Stretching mit Udo

Dienstag, 14.08.2018, 21:00 Uhr, STRONG mit Pauline

Mittwoch, 15.08.2018 - Maria Himmelfahrt - Feiertag - kein Training

Donnerstag, 16.08.2018, 16:00 Uhr, DanceFunKids - ! fällt aus !

Donnerstag, 16.08.2018, 16:00 Uhr, Zumba - ! fällt aus !

Freitag, 17.08.2018, 15:00 Uhr, Präventionsgymnastik-Herz - ! fällt aus !

Samstag, 18.08.2018, 10:00 Uhr, Zumba-Step mit Anna

Samstag, 18.08.2018, 11:00 Uhr, Zumba mit Anna

Samstag, 18.08.2018, 12:00 Uhr, Bodystyling mit Anna

Sonntag, 19.08.2018, 10:00 Uhr, Zumba mit Stephanie

Sonntag, 19.08.2018, 11:00 Uhr, STRONG - ! fällt aus !

Sonntag, 19.08.2018, 12:00 Uhr, Bodystyling mit Peter

Montag, 20.08.2018, 18:00 Uhr, R/B-Fb mit Anja

Montag, 20.08.2018, 19:00 Uhr, Pilates mit Anja

Dienstag, 21.08.2018, 21:00 Uhr, STRONG - ! fällt aus !

Donnerstag, 23.08.2018, 16:00 Uhr, DanceFunKids - ! fällt aus !

Donnerstag, 23.08.2018, 17:00 Uhr, Zumba - ! fällt aus !

Samstag, 25.08.2018, 10:00 Uhr, Zumba-Step mit Anna

Samstag, 25.08.2018, 11:00 Uhr, Zumba mit Anna

Samstag, 25.08.2018, 12:00 Uhr, Bodystyling mit Anna

Sonntag, 26.08.2018, 10:00 Uhr, Zumba mit Stephanie

Sonntag, 26.08.2018, 11:00 Uhr, STRONG - ! fällt aus !

Sonntag, 26.08.2018, 12:00 Uhr, Bodystyling mit Peter

Dienstag, 28.08.2018, 21:00 Uhr, STRONG - ! fällt aus !

Donnerstag, 30.08.2018, 16:00 Uhr, DanceFunKids - ! fällt aus !

Donnerstag, 30.08.2018, 17:00 Uhr, Zumba - ! fällt aus !

Bedingt kann es immer mal zu kurzfristigen  
Stunden- und Traineränderungen kommen !

Udo Salterberg ( Leitung / Koordination Bereich Fitness )



#### September 2018

**Samstag, 01.09.2018**, 10:00 Uhr, Zumba-Step mit Anna  
**Samstag, 01.09.2018**, 11:00 Uhr, Zumba mit Anna  
**Samstag, 01.09.2018**, 12:00 Uhr, Bodystyling mit Anna

**Sonntag, 02.09.2018**, 10:00 Uhr, Zumba mit Stephanie  
**Sonntag, 02.09.2018**, 11:00 Uhr, STRONG mit Pauline  
**Sonntag, 02.09.2018**, 12:00 Uhr, Bodystyling - **! fällt aus !**

**Montag, 03.09.2018**, 15:00 Uhr, Rehabilitatives Fitnessstraining mit **Natalia**  
**Montag, 03.09.2018**, 18:00 Uhr, R/B-Fb mit Udo  
**Montag, 03.09.2018**, 19:00 Uhr, Pilates mit Udo  
**Montag, 03.09.2018**, 20:00 Uhr, **STRONG** mit **Pauline**

**Dienstag, 04.09.2018**, 18:00 Uhr, R/B-Fb mit **Anja**  
**Dienstag, 04.09.2018**, 19:00 Uhr, Zumba mit **Stephanie**  
**Dienstag, 04.09.2018**, 20:00 Uhr, Bodystyling mit **Udo**

**Mittwoch, 05.09.2018**, 19:00 Uhr, Fit über 40 mit **Natalia**

**Donnerstag, 06.09.2018**, 16:00 Uhr, DanceFunKids - **! fällt aus !**  
**Donnerstag, 06.09.2018**, 17:00 Uhr, Zumba - **! fällt aus !**

**Samstag, 08.09.2018**, 10:00 Uhr, Zumba-Step mit Anna  
**Samstag, 08.09.2018**, 11:00 Uhr, Zumba mit Anna  
**Samstag, 08.09.2018**, 12:00 Uhr, Bodystyling mit Anna

**Sonntag, 09.09.2018**, 10:00 Uhr, Zumba - **! fällt aus ! ( wegen Handball )**  
**Sonntag, 09.09.2018**, 11:00 Uhr, STRONG - **! fällt aus ! ( wegen Handball )**  
**Sonntag, 09.09.2018**, 12:00 Uhr, Bodystyling - **! fällt aus ! ( wegen Handball )**

**Montag, 10.09.2018**, 15:00 Uhr, Rehabilitatives Fitnessstraining mit **Natalia**  
**Montag, 10.09.2018**, 20:00 Uhr, **STRONG** mit **Pauline**

**Mittwoch, 12.09.2018**, 19:00 Uhr, Fit über 40 mit **Natalia**

**Donnerstag, 13.09.2018**, 16:00 Uhr, DanceFunKids mit Laura  
**Donnerstag, 13.09.2018**, 17:00 Uhr, Zumba mit **Stephanie**

**Samstag, 15.09.2018**, 10:00 Uhr, Zumba-Step - **! fällt aus ! ( wegen Tanzen )**  
**Samstag, 15.09.2018**, 11:00 Uhr, Zumba - **! fällt aus ! ( wegen Tanzen )**  
**Samstag, 15.09.2018**, 12:00 Uhr, Bodystyling - **! fällt aus ! ( wegen Tanzen )**

**Sonntag, 16.09.2018**, 10:00 Uhr, Zumba mit Stephanie  
**Sonntag, 16.09.2018**, 11:00 Uhr, STRONG mit Pauline  
**Sonntag, 16.09.2018**, 12:00 Uhr, Bodystyling - **! fällt aus !**

**Montag, 17.09.2018**, 18:00 Uhr, R/B-Fb mit **Udo**  
**Montag, 17.09.2018**, 19:00 Uhr, Pilates mit **Udo**

**Mittwoch, 19.09.2018**, 19:00 Uhr, Fit über 40 mit **Natalia**

**Donnerstag, 20.09.2018**, 16:00 Uhr, DanceFunKids mit Laura  
**Donnerstag, 20.09.2018**, 17:00 Uhr, Zumba mit **Stephanie**

**Samstag, 22.09.2018**, 10:00 Uhr, Zumba-Step mit Anna  
**Samstag, 22.09.2018**, 11:00 Uhr, Zumba mit Anna  
**Samstag, 22.09.2018**, 12:00 Uhr, Bodystyling mit Anna

**Sonntag, 23.09.2018**, 10:00 Uhr, Zumba mit Stephanie  
**Sonntag, 23.09.2018**, 11:00 Uhr, STRONG mit Pauline  
**Sonntag, 23.09.2018**, 12:00 Uhr, Bodystyling mit Peter

**Donnerstag, 27.09.2018**, 16:00 Uhr, DanceFunKids mit Laura  
**Donnerstag, 27.09.2018**, 17:00 Uhr, Zumba mit **Stephanie**

**Samstag, 29.09.2018**, 10:00 Uhr, Zumba-Step mit Anna  
**Samstag, 29.09.2018**, 11:00 Uhr, Zumba mit Anna  
**Samstag, 29.09.2018**, 12:00 Uhr, Bodystyling mit Anna

**Sonntag, 30.09.2018**, 10:00 Uhr, Zumba - **! fällt aus ! ( wegen Handball )**



**Sonntag, 30.09.2018, 11:00 Uhr, STRONG - ! fällt aus ! ( wegen Handball )**  
**Sonntag, 30.09.2018, 12:00 Uhr, Bodystyling - ! fällt aus ! ( wegen Handball )**

**Bedingt kann es immer mal zu kurzfristigen  
Stunden- und Traineränderungen kommen !**

Udo Salterberg ( Leitung / Koordination Bereich Fitness )

---

## **Oktober 2018**

**Bedingt kann es immer mal zu kurzfristigen  
Stunden- und Traineränderungen kommen !**

Udo Salterberg ( Leitung / Koordination Bereich Fitness )

---



## **November 2018**

**Sonntag, 25.11.2018 - FitnessTag**

**Bedingt kann es immer mal zu kurzfristigen  
Stunden- und Traineränderungen kommen !**

Udo Salterberg ( Leitung / Koordination Bereich Fitness )

---

