

Sommer Ferienplan 2024

Montag 29.07.2024		Dienstag 30.07.2024		Mittwoch 31.07.2024		Donnerstag 01.08.2024		Freitag	
18:00-19:00 Aroha Stadion Hachinger Halle nur bei gutem Wetter Khuyen Dang				17:00-18:00 Uhr Funktionsgymnastik Stadion Hachinger Halle nur bei gutem Wetter Adi Starkl	18:00-19:00 Aroha Stadion Hachinger Halle nur bei gutem Wetter Khuyen Dang		17:15 -18:15 Wirbelsäule Rodelberg Dagmar Stimpel		
Montag 05.08.2024		Dienstag 06.08.2024		Mittwoch 07.08.2024		Donnerstag 08.08.2024		Freitag	
18:00-19:00 Aroha Stadion Hachinger Halle nur bei gutem Wetter Khuyen Dang		18:00-19:00 Fitness Workout Stadion Hachinger Halle nur bei gutem Wetter Ulrike Steinmeyer		17:00-18:00 Uhr Funktionsgymnastik Stadion Hachinger Halle nur bei gutem Wetter Adi Starkl	18:00-19:00 Aroha Stadion Hachinger Halle nur bei gutem Wetter Khuyen Dang		17:15 -18:15 Wirbelsäule Rodelberg Dagmar Stimpel		
Montag 12.08..2024		Dienstag 13.08.2024		Mittwoch 14.08.2024		Donnerstag 15.08.2024		Freitag	
19.00-20:00 Uhr Fitness Gym. Halle 2+3 Inge Bausewein	18:00-19:00 Aroha Stadion Hachinger Halle bei schlechtem Wetter MZR 1 Khuyen Dang	18.00-19:00 Uhr Pilates MZR 2+3 Inge Bausewein		17:00-18:00 Uhr Funktionsgymnastik Stadion Hachinger Halle nur bei gutem Wetter Adi Starkl	18:00-19:00 Aroha Stadion Hachinger Halle bei schlechtem Wetter MZR 1 Khuyen Dang	<h1>Feiertag</h1>			
20:00-21:00 Pilates MZR 2+3 Inge Bausewein		19:00-20:00 Uhr Wellness MZR 1 Inge Bausewein		19.00-20:00 Uhr Full Body Workout MZR 2+3 Claudia Fattore					

Montag 19.08.2024		Dienstag 20.08.2024		Mittwoch 21.08.2024		Donnerstag 22.08.2024		Freitag	
19.00-20:00 Uhr Fitness Gym. MZR 2+3 Inge Bausewein	18:00-19:00 Aroha Stadion Hachinger Halle bei schlechtem Wetter MZR 1 Khuyen Dang	18.00-19:00 Uhr Pilates MZR 2+3 Inge Bausewein		17:00-18:00 Uhr Funktionsgymnastik Stadion Hachinger Halle nur bei gutem Wetter Adi Starkl	18:00-19:00 Aroha Stadion Hachinger Halle bei schlechtem Wetter MZR 1 Khuyen Dang		17:15 -18:15 Wirbelsäule Rodelberg Dagmar Stimpel		
20:00-21:00 Pilates MZR 2+3 Inge Bausewein		19:00-20:00 Uhr Wellness MZR 1 Inge Bausewein		19.00-20:00 Uhr Full Body Workout MZR 2+3 Claudia Fattore					
Montag 26.08.2024		Dienstag 27.08.2024		Mittwoch 28.08.2024		Donnerstag 29.08.2024		Freitag	
19.00-20:00 Uhr Fitness Gym. MZR 2+3 Inge Bausewein	18:00-19:00 Aroha Stadion Hachinger Halle bei schlechtem Wetter MZR 1 Khuyen Dang	18.00-19:00 Uhr Pilates MZR 2+3 Inge Bausewein		17:00-18:00 Uhr Funktionsgymnastik Stadion Hachinger Halle nur bei gutem Wetter Adi Starkl	18:00-19:00 Aroha Stadion Hachinger Halle bei schlechtem Wetter MZR 1 Khuyen Dang		17:15 -18:15 Wirbelsäule Rodelberg Dagmar Stimpel		
20:00-21:00 Pilates MZR 2+3 Inge Bausewein		19:00-20:00 Uhr Wellness MZR 1 Inge Bausewein		19.00-20:00 Uhr Full Body Workout MZR 2+3 Claudia Fattore					

Montag 02.09.2024		Dienstag 03.09.2024		Mittwoch 04.09.2024		Donnerstag 05.09.2024		Freitag 06.09.2024	
8:30-9:30 Uhr Osteoprose- Seniorengymnastik online S.Grundhuber	9:30-10:30 Uhr Osteoporose- gymnastik MZR 2+3 S. Grundhuber	18.00-19:00 Uhr Pilates MZR 2+3 Inge Bausewein		17:00-18:00 Uhr Funktionsgymnastik Stadion Hachinger Halle nur bei gutem Wetter Adi Starkl		9:00-10:00 Uhr Total Body MZR 1 S.Grundhuber	10:00-11:00 Uhr Osteoporose gymnastik MZR 1 S.Grundhuber	8:00-9:00 Uhr Wirbelsäulen Gymnastik MZR 2+3 S.Grundhuber	9:00-10:00 Uhr Wirbelsäulen Gymnastik MZR 2+3 S.Grundhuber
19.00-20:00 Uhr Fitness Gym. MZR 2+3 Inge Bausewein	10:30-11:30 Uhr Seniorengymnastik im Stehen MZR 2+3 S.Grundhuber	19:00-20:00 Uhr Wellness MZR 1 Inge Bausewein		19.00-20:00 Uhr Full Body Workout MZR 2+3 Claudia Fattore		18:00-19.00 Uhr Fitness Workout MZR 2+3 Ulrike Steinmeyer	17:15 -18:15 Wirbelsäule Rodelberg Dagmar Stimpel	10:00-11:00 Uhr Wirbelsäulen Gymnastik MZR 2+3 S.Grundhuber	11:00-12:00 Uhr Bauch Beine Po MZR 2+3 S.Grundhuber
20:00-21:00 Pilates MZR 2+3 Inge Bausewein						19:00-20:00 Uhr Rückenfit MZR 2+3 Ulrike Steinmeyer			