

## Ferienplan vom 17.10. bis 21.10.2022

Vom 24.10. bis einschl. 31.10.2022 bleibt die Halle geschlossen!!!

### Montag 17.10.2022

|           |                   |         |
|-----------|-------------------|---------|
| 09.00 Uhr | Nordic Walken     |         |
| 09.00 Uhr | B-B-P             | Halle 1 |
| 10.15 Uhr | Reha              | Halle 1 |
| 11.15 Uhr | Hüfte-Knie        | Halle 1 |
| 15.00 Uhr | Zumba gold        | Halle 2 |
| 16.00 Uhr | B-B-P             | Halle 2 |
| 17.00 Uhr | Bodystyling       | Halle 2 |
| 18.00 Uhr | NIA               | Halle 2 |
| 19.15 Uhr | Wirbels.-Gymn.    | Halle 2 |
| 20.00 Uhr | WS / VO-Patienten | Halle 1 |

### Dienstag 18.10.2022

|           |                |         |
|-----------|----------------|---------|
| 09.00 Uhr | Wirbels.-Gymn. | Halle 1 |
| 10.00 Uhr | Herzsport      | Halle 1 |
| 10.00 Uhr | COPD           | Halle 2 |
| 11.00 Uhr | NIA            | Halle 1 |
| 17.00 Uhr | Wirbels.-Gymn. | Halle 2 |
| 17.00 Uhr | Drums-Alive    | Halle 1 |
| 18.00 Uhr | Step-Aerobic   | Halle 1 |

### Mittwoch 19.10.2022

|           |                            |            |
|-----------|----------------------------|------------|
| 09.00 Uhr | Nordic Walken              |            |
| 09.00 Uhr | NIA                        | Halle 2    |
| 10.15 Uhr | Seniorengymnastik          | Halle 2    |
| 10.15 Uhr | Reha                       | Gymn.-Raum |
| 11.00 Uhr | Herzsport                  | Halle 1    |
| 18.00 Uhr | Herzsport                  | Halle 1    |
| 18.00 Uhr | Wirbels.-Gymn.             | Halle 2    |
| 19.00 Uhr | Fit in der Schwangerschaft | Gymn.-Raum |

### Donnerstag 20.10.2022

|           |                |              |
|-----------|----------------|--------------|
| 09.00 Uhr | B-B-P          | Halle 2 oben |
| 09.00 Uhr | Wirbels.-Gymn. | Halle 1      |
| 09.15 Uhr | Zumba gold     | Halle 2      |
| 10.00 Uhr | Herzsport      | Halle 1      |
| 16.00 Uhr | NIA            | Halle 2      |
| 17.00 Uhr | Wirbels.-Gymn. | Halle 2      |
| 17.00 Uhr | Aerobic        | Halle 1      |

### Freitag 21.10.2022

|           |                |         |
|-----------|----------------|---------|
| 09.00 Uhr | Wirbels.-Gymn. | Halle 2 |
| 09.00 Uhr | B-B-P          | Halle 1 |
| 10.00 Uhr | Seniorengymn.  | Halle 2 |
| 10.15 Uhr | E-K-T          | Halle 1 |
| 11.00 Uhr | Neurologie     | Halle 2 |