

Kursplan für die Monate Juli & August 2018

www.sportverein.dimhausen.de

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	Start: 21.08.2018	8:00-8:45 (Elke)		9:00-9:45 (Brigitte)	
	...immer 14tägig 15:15 bis 16:15 Kids in Action mit Zoila&Anne Alter ca. 3 bis 6 Jahre	Rehasport Orthopädie		Pilates	
		9:00-9:45 (Elke)			
		Rehasport Orthopädie			
		10:00-10:45 (Elke)	17:45-18:30 (Helma)		
		Step/BBP	Rehasport Orthopädie		
16:00-16:45 (Petra)		Jeden 2. Mi. im Monat:	18:30-19:15 (Helma)		
Damen-Gymastik	ANFÄNGER!!!!	10:00-10:45 (Elke)	STEP II Fortgeschrittene		
	15:00 - 16:30 (Petra)	Drums Alive			
18:00-18:30 (Helma/Laura/Bea)	Nordic -Walking <i>Schützenhalle Helldiek</i>		19:00-20:30 (Brigitte)		
STEP I Anfänger			YOGA		
18:30-19:25 (Helma/Laura/Bea)	INFO's: siehe Newsletter! 29.5.2018 - 24.7.2018 Anmeldung: 0172-1636796	17:30-18:15 (Brigitte)	(im NWDSB Gebäude)		
Wirbelsäulengymnastik		Pilates			
19:00-20:30 (Brigitte)			19:15-20:00 (Helma/Niki)		
YOGA			Aerobic/BBP		
(im NWDSB Gebäude)		18:15-19:00 (Pia)			
		Bauchkiller			
19:30-20:15 (Helma)		19:00-20:00 (Pia) ★	20:00-20:45 (Helma/Niki)		
Rehasport Orthopädie		Zumba	Men at work		

**Änderungen und andere Infos
werden monatlich per mail
bekannt gegeben!!!**
Helma Schöpe
 fon: 04241-5237
 mobil: 0163-1682556
 mail: helmaschoepe@t-online.de
Info's Yoga&Pilates:
Brigitte: 04241-979431

|