



Sommerferien Programm 2018



Gruppen	ÜL	Halle	Tag	Zeit	Datum
Wirbelsäulengymnastik	Silke Seybold	GDH	Montag	09.00 - 10:00 10:00 - 11:00	25.06., 02.07. und 09.07.
Step-Aerobic	Marion Gußner	JH	Montag	18:45 - 20:00	16.07., 23.07. und 30.07.
Prellball Herren 50 plus	Peter Maier	JH	Montag	20:00 - 21:30	1.- 3. Woche Radfahren 4.- 6. Woche Prellball JH
Nordic Walking	Holger Saß	WF*	Dienstag	16:00 - 17:00	10.07. bis 31.07.
PowerBALLance	Silke Seybold	GDH	Mittwoch	18:15 - 19:30	27.06., 04.07. und 11.07.
Damen 50 plus	Evi Diehl	GDH	Mittwoch	19:45 - 20:45	27.06., 04.07. und 11.07.
Wirbelsäulengymnastik	Silke Seybold	GDH	Donnerstag	09:30 - 10:30	28.06., 05.07. und 12.07.
FitBALLance	Silke Seybold	GDH	Donnerstag	10:30 - 11:45	28.06., 05.07. und 12.07.
Gutes für den Rücken	Evi Diehl	GDH	Donnerstag	16:00 - 17:15	28.06., 05.07. und 12.07.
Outdoor Fitness	Marion Gußner	OD*	Donnerstag	18:30 - 19:45	ab 07.06. durchgehend
Sommer Figur Training mit Ernährungstipps	Holger Saß	GDH	Donnerstag	19:00 - 20:15	12.07. bis 02.08.
Wirbelsäulengymnastik	Silke Seybold	GDH	Freitag	11:00 - 12:00	29.06., 06.07. und 13.07.
Gutes für den Rücken	Evi Diehl	GDH	Freitag	19:00 - 20:00	29.06., 06.07. und 13.07.

*WF: Treffpunkt Waldfriedhof

*OD: Treffpunkt Botanischer Garten

**Wir wünschen allen Mitgliedern erholsame Ferien.
Ab dem 6. August starten wir wieder mit dem vollen Programm.**