



SPORT & SPASS

in deinen Ferien

Sommerprogramm
2025

Angebot	Tag	Uhrzeit	Ort	Zeitraum	Übungsleitung
Rückenfit	montags	17.15 - 18.15	TuS Treff	14.07. - 26.08.	Anita Metzen/ Dr. Wolfgang Köster
Strong Nation	montags	18.00 - 19.00	Halle Dansw.	14.07. - 26.08.	Petra Ferver
circle mobility	montags	19.15 - 19.45	Halle Dansw.	14.07. - 26.08.	Petra Ferver
yogalates	dienstags	09.00 - 10.00	online!	14.07.- 26.08.	Ruth Krupa
Latin Dance	dienstags	18.30 - 19.30	Zahnrad	14.07. - 01.08.	Steffi Kouroutzoglou
Damen Fitness	dienstags	20.00 - 21.00	Villeforst	14.07. - 26.08.	Elisabeth Schäfer
Step Fitness	mittwochs	19.00 - 20.00	Jahnhalle	14.07. - 26.08.	Elisabeth Schäfer
Body Fit	mittwochs	20.15 - 21.15	Jahnhalle	14.07. - 26.08.	Elisabeth Schäfer
Circle mobility	donnerstags	16.30 - 17:30	TuS Treff	14.07. -26.08.	Petra Ferver
Kaha	donnerstags	18.30 - 19.30	TuS Treff	14.07. - 26.08.	Elisabeth Schäfer
Bodyweight	donnerstags	20.00 - 22.00	alte Halle	14.07. - 26.08.	Alex Schäfer
Aroha	freitags	17.30 - 18.30	TuS Treff	14.07. - 26.08.	Elisabeth Schäfer

