

Winterfit 2024/2025

Überbrückt oder ergänzt eure Outdoor-Aktivitäten während dem Winterhalbjahr mit diesem abwechslungsreichen und kostenlosen Training. Jeder ist willkommen - die Kurse sind **für alle** geeignet.

Winterfit-Programm 2024/2025		
Sporthalle Seeblick, 19 bis 19:50 Uhr		Kursleiter/in
Herbstferien		
Oktober		
22.10.2024	Bodyfit	Yvonne
29.10.2024	Bodyfit	Yvonne
November		
05.11.2024	Bodyfit	Barbara
12.11.2024	Rückenfit	Yvonne
19.11.2024	Rückenfit	Yvonne
26.11.2024	Rückenfit	Yvonne
Dezember		
03.12.2024	Bodytoning	Barbara
10.12.2024	Bodytoning	Jeannine
17.12.2024	Bodytoning	Jeannine
Weihnachtsferien		
Januar		
07.01.2025	Bodyfit	Yvonne
14.01.2025	Bodyfit	Yvonne
21.01.2025	Bodyfit	Yvonne
Sportferien		
Februar		
04.02.2025	Athletiktraining	Alina
11.02.2025	Pilates	Alina
18.02.2025	Athletiktraining	Alina
25.02.2025	Intervalltraining	Sara
März		
04.03.2025	Intervalltraining	Sara
11.03.2025	Intervalltraining	Sara
18.03.2025	Zirkeltraining	Antonella
25.03.2025	Zirkeltraining	Antonella
April		
01.04.2025	Zirkeltraining	Antonella