

Fitness- und Reha Sport in den Herbstferien

VfL Bad Nenndorf

Datum	Gruppe	Uhrzeit	Sportart	Ort
Freitag 11.10.2019		Aufbau Tanzen		
Samstag 12.10.2019		Landesmeisterschaft Tanzen		
Sonntag 13.10.2019		Turnier Tanzen		
Montag 14.10.2019	Olga	9.00	Fit in die Wo	Dorado MZR
	Olga/Silke	11.00	GdB	Dorado MZR
	Astrid	17.30	Zumba	Dorado MZR
	Susanne	18.30	Bodyforming	Dorado MZR
	Olga	18.45	Rücken-Fit	Dorado Fitness
Dienstag 15.10.2019	Astrid	10.30-11.30	Zumba	Dorado MZR
	Astrid	19.00-20.00	Zumba	Dorado MZR
Mittwoch 16.10.2019	Silke	15.00-16.30	HerzSport	Dorado Halle/MZR
	Sylvia	15.30-17.00	Herzsport	Dorado Halle/MZR
	Frauke	16.30-18.00	HerzSport	Dorado Halle/MZR
	Frauke	18.15-19.15	Feldenkrais	Dorado Fitness
Donnerstag 17.10.2019	Frauke	9.00-10.30	HerzSport	Dorado Halle
	Frauke	10:30-12.00	HerzSport	Dorado Halle
	Silke	9.00-10.00	Wellness	Dorado MZR
	Silke/Marion	10.30-11.30	Reha	Dorado MZR
	Susanne	18.00-19.00	4 Streatz	Dorado MZR
	Heide	19.00-20.00	Rücken-Fitness	Dorado MZR
Freitag 18.10.2019	Elisabeth	9.15-10.15	BBP	Dorado MZR
	Elisabeth	10.30.-11.30	Balance&Power	Dorado MZR
	Günter	18.30-19.30	Funktionstraining	Dorado MZR