

1. Trimester 2022 (10.01.2022 – 12.04.2022)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Termine: 10.01 / 17.01 / 24.01 / 31.01 / 07.02 / 14.02 / 21.02 / 07.03 / 14.03 / 21.03 / 28.03 / 04.04 / 11.04 /	Termine: 11.01 / 18.01 / 25.01 / 01.02 / 08.02 / 15.02 / 22.02 / 08.03 / 15.03 / 22.03 / 29.03 / 05.04 / 12.04 /	Termine: 12.01 / 19.01 / 26.01 / 02.02 / 09.02 / 16.02 / 23.02 / 09.03 / 16.03 / 23.03 / 30.03 / 06.04 /	Termine: 13.01 / 20.01 / 27.01 / 03.02 / 10.02 / 17.02 / 24.02 / 10.03 / 17.03 / 24.03 / 31.03 / 07.04 /	Termine: 14.01 / 21.01 / 28.01 / 04.02 / 11.02 / 18.02 / 25.02 / 11.03 / 18.03 / 25.03 / 01.04 / 08.04 /
	14 Fit in den Tag 08:15 – 09:15 Uhr (Dunja D.) Braike	7 HKG-Fit** 08:15 – 09:15 Uhr (C. Wurster) Gym FGS		
03 Sanfter Rücken* 10:20 – 11:20 Uhr (Dunja D.) Braike	13 Rücken-Fit 09:20 – 10:20 Uhr (Dunja D.) Braike		63 Rücken-Fit Online 09:00 – 10:00 Uhr (Dunja D.) via Zoom	
		12 Eltern & Kind (1,5 – 3 J.) 16:15 – 17:00 Uhr (Kerstin R.) Braike		
	2 Eltern & Kind (3 – 5 J.) 17:00 – 18:00 Uhr (Claudia T.) Braike	22 Eltern & Kind (3 – 5 J.) 17:05 – 18:05 Uhr (Kerstin R.) Braike		15 Zumba-Kids 15:30 – 16:30 Uhr (Ramona T.) Braike
28 Pilates 18:00 – 19:00 Uhr (Ivonne C.) Ersberg Gym				
38 Pilates 19:05 – 20:05 Uhr (Ivonne C.) Ersberg Halle	23 Rücken-Fit 18:05 – 19:05 Uhr (Dunja D.) Braike		9 Gesundheitstraining 18:05 – 19:05 Uhr (Dunja D.) Braike	
4 Bodyforming 19:15 – 20:15 Uhr (Katharina W.) Braike	33 Rücken-Fit 19:10 – 20:10 Uhr (Dunja D.) Braike	11 Get-Fit 19:00 – 20:00 Uhr (Petra S.) Braike	24 Bodyforming 19:10 – 20:10 Uhr (Dunja D.) Braike	
1 Get-Fit 20:20 – 21:20 Uhr (Katharina W.) Braike		53 Rücken-Fit Online 19:00 – 20:00 Uhr (Dunja D.) via Zoom	5 Zumba 20:15 – 21:15 Uhr (Ramona T.) Braike	

*Dieser Kurs beginnt in der KW 4 am 24.01.2022 / **Dieser Kurs endet am 30.03.2022