

# 1. Trimester 2023 (09.01.2023 – 31.03.2023)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Termine: 09.01 / 16.01 / 23.01 / 30.01 / 06.02 / 13.02 / 27.02 / 06.03 / 13.03 / 20.03 / 27.03 /	Termine: 10.01 / 17.01 / 24.01 / 31.01 / 07.02 / 14.02 / 28.02 / 07.03 / 14.03 / 21.03 / 28.03 /	Termine: 11.01 / 18.01 / 25.01 / 01.02 / 08.02 / 15.02 / 01.03 / 08.03 / 15.03 / 22.03 / 29.03 /	Termine: 12.01 / 19.01 / 26.01 / 02.02 / 09.02 / 16.02 / 02.03 / 09.03 / 16.03 / 23.03 / 30.03 /	Termine: 13.01 / 20.01 / 27.01 / 03.02 / 10.02 / 17.02 / 03.03 / 10.03 / 17.03 / 24.03 / 31.03 /
	<b>14 Fit in den Tag</b> 08:15 – 09:15 Uhr (Dunja D.) Braike			
	<b>18 Yoga</b> 08:15 – 09:15 Uhr (Alicia G.) Fr.-Glück-Halle Gym			<b>3 Sanfter Rücken</b> 09:30 – 10:20 Uhr (Dunja D.) Braike
	<b>13 Rücken-Fit</b> 09:20 – 10:20 Uhr (Dunja D.) Braike		<b>43 Rücken-Fit</b> 10:20 – 11:20 Uhr (Dunja D.) Braike	
<b>2 Eltern &amp; Kind</b> (3–5 J.) 16:00 – 17:00 Uhr (Martin B.) Ersberg Halle		<b>22 Eltern &amp; Kind</b> (1,5 – 3 J.) 16:15 – 17:00 Uhr (Martin B.) Braike		
	<b>12 Eltern &amp; Kind</b> (3 – 5 J.) 17:00 – 18:00 Uhr (Claudia T.) Braike	<b>32 Eltern &amp; Kind</b> (3 – 5 J.) 17:05 – 18:05 Uhr (Martin B.) Braike		<b>15 Zumba-Kids</b> 15:30 – 16:30 Uhr (Ramona T.) Braike
<b>08 Yoga</b> 18:00 – 19:00 Uhr (Alicia G.) Fr.- Glück-Halle Gym				
<b>28 Pilates</b> 18:00 – 19:00 Uhr (Ivonne C.) Ersberg Gym	<b>23 Rücken-Fit</b> 18:05 – 19:05 Uhr (Dunja D.) Braike	<b>1 Get-Fit</b> 18:05 – 19:05 Uhr (Petra S.) Braike	<b>9 Gesundheitstraining</b> 18:05 – 19:05 Uhr (Dunja D.) Braike	<b>5 Zumba</b> 18:30 – 19:30 Uhr (Ramona T.) Braike
<b>38 Pilates</b> 19:05 – 20:05 Uhr (Ivonne C.) Ersberg Halle	<b>33 Rücken-Fit</b> 19:10 – 20:10 Uhr (Dunja D.) Braike	<b>11 Get-Fit</b> 19:05 – 20:05 Uhr (Petra S.) Braike	<b>24 Bodyforming</b> 19:10 – 20:10 Uhr (Dunja D.) Braike	
<b>4 Bodyforming</b> 19:10 – 20:10 Uhr (Dunja D.) Braike				