

3. Trimester 2022 (19.09.2022 – 16.12.2022)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Termine: 19.09 / 26.09 / 10.10 / 17.10 / 24.10 / 07.11 / 14.11 / 21.11 / 28.11 / 05.12 / 12.12 /	Termine: 20.09 / 27.09 / 04.10 / 11.10 / 18.10 / 25.10 / 08.11 / 15.11 / 22.11 / 29.11 / 06.12 / 13.12 /	Termine: 21.09 / 28.09 / 05.10 / 12.10 / 19.10 / 26.10 / 09.11 / 16.11 / 23.11 / 30.11 / 07.12 / 14.12 /	Termine: 22.09 / 29.09 / 06.10 / 13.10 / 20.10 / 27.10 / 10.11 / 17.11 / 24.11 / 01.12 / 08.12 / 15.12 /	Termine: 23.09 / 30.09 / 07.10 / 14.10 / 21.10 / 28.10 / 11.11 / 18.11 / 25.11 / 02.12 / 09.12 / 16.12 /
	14 Fit in den Tag 08:15 – 09:15 Uhr (Dunja D.) Braike	7 HKG-Fit 08:00 – 09:00 Uhr (C. Wurster) Gym FGS		
	*18 Yoga 08:15 – 09:15 Uhr (Alicia G.) Fr.-Glück-Halle Gym			3 Sanfter Rücken 09:30 – 10:20 Uhr (Dunja D.) Braike
	13 Rücken-Fit 09:20 – 10:20 Uhr (Dunja D.) Braike		43 Rücken-Fit 10:20 – 11:20 Uhr (Dunja D.) Braike	
2 Eltern & Kind (3–5 J.) 16:00 – 17:00 Uhr (Martin B.) Ersberg Halle		22 Eltern & Kind (1,5 – 3 J.) 16:15 – 17:00 Uhr (Martin B.) Braike		
	12 Eltern & Kind (3 – 5 J.) 17:00 – 18:00 Uhr (Claudia T.) Braike	32 Eltern & Kind (3 – 5 J.) 17:05 – 18:05 Uhr (Martin B.) Braike		15 Zumba-Kids 15:30 – 16:30 Uhr (Ramona T.) Braike
*08 Yoga 18:00 – 19:00 Uhr (Alicia G.) Fr.- Glück-Halle Gym				
*28 Pilates 18:00 – 19:00 Uhr (Ivonne C.) Ersberg Gym	23 Rücken-Fit 18:05 – 19:05 Uhr (Dunja D.) Braike	1 Get-Fit 18:05 – 19:05 Uhr (Petra S.) Braike	9 Gesundheitstraining 18:05 – 19:05 Uhr (Dunja D.) Braike	5 Zumba 18:30 – 19:30 Uhr (Ramona T.) Braike
*38 Pilates 19:05 – 20:05 Uhr (Ivonne C.) Ersberg Halle	33 Rücken-Fit 19:10 – 20:10 Uhr (Dunja D.) Braike	11 Get-Fit 19:05 – 20:05 Uhr (Petra S.) Braike	24 Bodyforming 19:10 – 20:10 Uhr (Dunja D.) Braike	
4 Bodyforming 19:10 – 20:10 Uhr (Dunja D.) Braike				

*Die Yoga Kurse beginnen in KW 39

*Die Pilates Kurse beginnen in KW 41