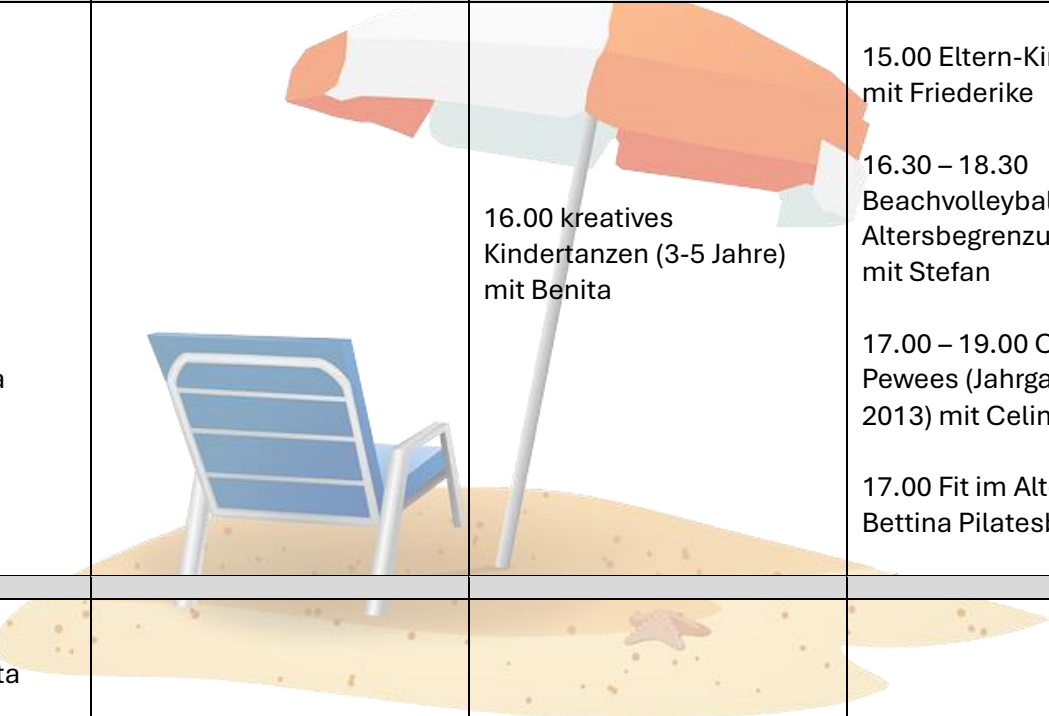
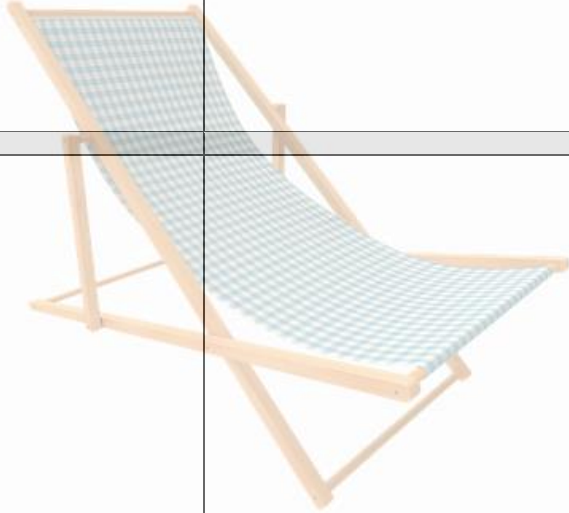



	Donnerstag 18.07.	Freitag 19.07.			
Vormittags	<p>9.00 Zumba Gold mit Nicole</p> <p>10.00 Fit im Alter mit Nicole</p>	<p>9.30 Hanteltraining mit Nicole</p>			
Nachmittags	<p>16.30 – 18.30 Beachvolleyball (ohne Altersbegrenzung) mit Stefan</p> <p>17.00 – 18.30 Cheerleading Minis (Jahrgang 2019-2016) mit Magdalena</p>	<p>15.00-16.30 Angelika REHA- Sport Gelenkschule</p> <p>16.30 Bodyfit mit Stefanie</p>			
Ab 18.00 Uhr	<p>19.30 – 21.00 Cheerleading Elternteam (ab Jahrgang 1994 u. älter) mit Jasmin</p>	<p>18.30 – 20.00 Orientalischer Tanz mit Britta</p>			


	Montag 22.07.	Dienstag 23.07.	Mittwoch 24.07.	Donnerstag 25.07.	Freitag 26.07.
Vormittags	10.00 Fit im Alter mit Nicole		9.30 Pilates mit Nicole 10.00 Fit im Alter mit Nicole	9.00 Zumba Gold mit Nicole 10.00 Fit im Alter mit Nicole	
Nachmittags	16.00 Choreo-Dance (6-8 Jahre) mit Benita 17.00 Choreo-Dance (9-10 Jahre) mit Benita		16.00 kreatives Kindertanzen (3-5 Jahre) mit Benita 17.45 Pilates mit Nicole	16.00 Stunde auf Rollen (4-10 Jahre) mit Sabine 16.30 – 18.30 mit Stefan Beachvolleyball (ohne Altersbegrenzung) 17.30 – 19.00 Dance Workshop mit Birgit und Anouk	15.00-16.30 Angelika REHA- Sport Gelenkschule 16.30 Bodyfit mit Stefanie
Ab 18.00 Uhr	18.00 Choreo-Dance (11-14 Jahre) mit Benita 18.00 Herzsport mit Inga Halle oder draußen 18.00 Wirbelsäulengymnastik mit Redondoball mit Anika 19.00 Tabata mit Svenja 19.00 Brasiltraining mit Nicole 20.00 Zumba Fitness mit Birgit und Nicole	19.00 Paartanz (Beate Elze)	19.00 Jacaranda Bälle mit Kathrin 20.00 Paartanz (Beate Elze)	19.30 Step mit Birgit	18.30 – 20.00 Orientalischer Tanz mit Britta

	Montag 29.07.	Dienstag 30.07.	Mittwoch 31.07.	Donnerstag 01.08.	Freitag 02.08.
Vormittags		10.00 Fit im Alter mit Kerry	10.30 Fit im Alter mit Kerry	9.00 Zumba Gold mit Birgit 10.00 Fit im Alter mit Birgit	
Nachmittags	16.00 Choreo-Dance (6-8 Jahre) mit Benita 17.00 Choreo-Dance (9-10 Jahre) mit Benita			15.00 Eltern-Kind-Turnen mit Friederike 16.30 – 18.30 Beachvolleyball (ohne Altersbegrenzung) mit Stefan 17.00 – 19.00 Cheerleading Pewees (Jahrgang 2017-2013) mit Celine 17.00 Fit im Alter mit Bettina Pilatesball	15.00-16.30 Angelika REHA- Sport Gelenkschule 16.30 Bodyfit mit Stefanie
Ab 18.00 Uhr	18.00 Choreo-Dance (11-14 Jahre) mit Benita 19.00 Tabata mit Svenja 20.00 Trachtengruppe mit Sabine 20.00 Zumba Fitness mit Birgit und Nicole			18.00 Hula Hoop mit Birgit und Bettina 19.00 Workout mit Kathrin	18.30 – 20.00 Orientalischer Tanz mit Britta

	Montag 05.08.	Dienstag 06.08.	Mittwoch 07.08.	Donnerstag 08.08.	Freitag, 09.08.
Vormittags		10.00 Fit im Alter mit Kerry	10.30 Fit im Alter mit Kerry	9.00 Zumba Gold mit Birgit 10.00 Fit im Alter mit Birgit	
Nachmittags				16.30 – 18.30 Beachvolleyball (ohne Altersbegrenzung) mit Stefan 17.00 Fit im Alter mit Brasil mit Bettina	15.00-16.30 Angelika REHA- Sport Gelenkschule
Ab 18.00 Uhr	18.00 Wirbelsäulengymnastik mit Gymnastikball mit Anika 19.00 Tabata mit Svenja 20.00 Zumba mit Birgit	20.00 Step mit Birgit	19.00 Wirbelsäulengymnastik mit Anika		18.30 – 20.00 Orientalischer Tanz mit Britta

	Montag 12.08.	Dienstag 13.08.	Mittwoch 14.08.	Donnerstag 15.08.	Freitag 16.08.
Vormittags				9.00 Zumba Gold mit Nicole	
				10.00 Fit im Alter mit Nicole	
Nachmittags			17.45 Balancepad mit Nicole	15.00 Eltern-Kind-Turnen mit Friederike	
				16.30 – 18.30 Beachvolleyball (ohne Altersbegrenzung) mit Stefan	15.00-16.30 Angelika REHA- Sport Gelenkschule
Ab 18.00 Uhr	18.00 Wirbelsäulengymnastik mit Holzstab mit Anika	19.00 Flexistab mit Christina 20.00 Step mit Christina	19.00 Pilates mit Nicole 19.00 CrossTraining mit Kerstin 19.00 – 21.00 Cheerleading Seniors (ab Jahrgang 2009 u. älter) mit Lena in Kirchwerder!!!!		18.30 – 20.00 Orientalischer Tanz mit Britta

	Montag 19.08.	Dienstag 20.08.	Mittwoch 21.08.	Donnerstag 22.08.	Freitag 23.08.
Vormittags	10.00 Fit im Alter mit Nicole		9.30 Pilates mit Nicole 10.30 Fit im Alter mit Nicole	9.00 Zumba Gold mit Nicole 10.00 Fit im Alter mit Nicole	9.30 Brasiltraining mit Nicole
Nachmittags			17.45 Pilates mit Nicole	15.00 Eltern-Kind-Turnen mit Friederike 16.00 Stunde auf Rollen (4-10 Jahre) mit Sabine 16.30 – 18.30 Beachvolleyball (ohne Altersbegrenzung) mit Stefan	15.00-16.30 Angelika REHA- Sport Gelenkschule
Ab 18.00 Uhr	18.00 Wirbelsäulengymnastik mit Pilatesring mit Anika 19.00 Workout mit Redondoball mit Nicole 20.00 Zumba Fitness mit Nicole	19.00 Step Workout mit Christina 20.00 Step Aerobic mit Christina	19.00 Workout mit Slidern mit Nicole		17.00 -19.00 Cheerleading Juniors (Jahrgang 2013-2010) mit Chantal und Carina 18.00 Pilates mit Nicole in Kirchwerder!!! 18.30 – 20.00 Orientalischer Tanz mit Britta

	Montag 26.08.	Dienstag 27.08.	Mittwoch 28.08.		
Vormittags	10.00 Fit im Alter mit Nicole		9.30 Pilates mit Nicole 10.30 Fit im Alter mit Nicole		
Nachmittags			17.45 Pilates mit Nicole		
Ab 18.00 Uhr	18.00 Wirbelsäulengymnastik mit Gym.ball mit Anika 19.00 Workout mit Nicole 20.00 Zumba Fitness mit Birgit und Nicole	18.00 Cardio / Herzsport mit Inga 19.00 Workout mit Loopbands mit Christina 20.00 Step Aerobic mit Christina	19.00 Hula-Hoop mit Birgit (Bitte eigenen Reifen mitbringen)		