

## Belegungsplan

## Gymnastikhalle

ab 01.09.2016

Zeit	Montag	Zeit	Dienstag	Zeit	Mittwoch	Zeit	Donnerstag	Zeit	Freitag
09:00	Kindergarten Nicole Piecha	09:00	Kindergarten Nicole Piecha	09:00	Fit am Vormittag Bauch/Beine/ Po/Rücken Elena Bergardt Galina Wintenbach	09:00	Yoga Petra Salamè  Jürgen Gohlke 79 33 06	09:00	Kindergarten Nicole Piecha
12:00		11:00		10:00		10:30			
14:00		10:00		11:00		10:30			
15:00	Grundschule				11:00				
					14:00				
					15:00			15:00	Qigong Lars Kellermann
								16:00	Jürgen Gohlke 793306
18:00	Yoga Lars Kellermann  Jürgen Gohlke 79 33 06			17:00	SG Borkum  (Nils Hachmann)			18:00	ZUMBA Susanne Lohse Ute Heydorn 76524
19:30		19:00		19:00		19:00		19:00	
19:45	Yoga Lars Kellermann  Jürgen Gohlke 79 33 06	19:00	Fitness Workout Kräftigung und Dehnung der Muskulatur  Galina Wintenbach 81 94 145	19:00	Step Intervall Susanne Brandis 81 09 74 Vera Hansen	19:00	Power Workout  Galina Wintenbach 81 94 145	19:30	Tanzen Andreas Hamdorff Cathrin Wendt-Hamdorff 37 11 64
21:15		20:30				20:30		20:30	
								21:30	Tanzen Andreas Hamdorff Cathrin Wendt-Hamdorff 37 11 64
22:00		22:00		22:00		22:00		22:00	