

## Belegungsplan Gymnastikhalle in Holdorf

ab Juni 2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	9:00 Uhr - 10:00 Uhr Fit 65 Marie- Theres Nobbe		9:00 Uhr-10:00 Uhr Rehabilitation Sport Martina Gronemeyer	
	15:00 Uhr - 16:00 Uhr Mutter-Kind-Turnen ??? Irmhild Ahrling			16:00 Uhr - 16:50 Uhr Hip Hop Tanzen  Angela
	16:00Uhr- 17:50 Uhr Hip -Hop Tanzen Angela	Senioren Gymnastik 17:30 - 18:15 Uhr Rita Niemann		17:00 Uhr - 18:00 Uhr Hip - Hop Tanzen Angela
18:30 Uhr - 19: 30 Uhr Pilates  Martina Tischler	18:00 Uhr - 18:50 Uhr Die gute Mitte  Rita Niemann	Themen Gymnastik 18:30- 19:15Uhr  Rita Niemann	18:30 Uhr - 19:20 Uhr Wirbelsäulengymnastik  Nadine Henkenberens Lisa Bruns	
	19:00 Uhr- 20:00 Uhr Indoor Cycling  bei Jens	Männersache 19:30 - 20:30  Rita Niemann	19:30 Uhr - 20:30 Uhr Indoor Cycling  Rainer Schlarmann	

Kontaktieren Sie uns telefonisch - oder schauen Sie persönlich vorbei! Wir freuen uns auf Sie! Tel.: 05494 980880