

Stundenplan vom 30.09.24 – 13.10.24 (1. + 2. Woche Schul-Herbstferien)

Viele machen Herbstferien, dies haben wir die letzten 2 Jahre festgestellt, deshalb machen wir einen verkürzten - abwechslungsreichen Plan für die Daheimgebliebenen.

Montag, 30.09.24 und 07.10.24

09.30-10.30*	Bodytoning	alle	Silvia	Kinderclub
17.30-18.20	bellicon® JUMPING	OUTDOOR	Silvia	
18.30-19.25	Body-Workout Faszientraining	alle	Brigitte	
19.45-20.45	Yoga	alle	Gerlinde	

Dienstag, 01.10.24 und 08.10.24

09.45-10.30	bellicon® HEALTH 60+	60+	Silvia	
17.00-17.55	4STREATZ® Dance	alle	Silvia	
18.15-19.05	bellicon® JUMPING	OUTDOOR	Silvia	
19.30-20.25	Step-Express	alle	Brigitte	

Mittwoch, 02.10.24 und 09.10.24

09.30-10.30*	Fatburner/Yoga/Pilates/Rücken	alle	Silvia	Kinderclub
19.45-20.40	Zumba®	alle	Tuce	nur 2.10.24

Donnerstag, 03.10.24 und 10.10.24

18.30-19.25	Bodytoning	alle	Sarina/Brigitte	
-------------	------------	------	-----------------	--

Freitag, 04.10.24 und 11.10.24

18.15-19.05	bellicon® JUMPING	alle	Brigitte	
-------------	-------------------	------	----------	--

Ab Montag, 14.10.24 gilt wieder der normale Stundenplan. Danke für das Verständnis!

Dein JAM 29-Team