



Osterferienprogramm 2017

Sportprogramm

Tag	Uhrzeit	Angebot	Trainer	Ort	1. Woche	2. Woche
Montag	18:00 – 19:00	Pilates	Christa Bock	Spiegelsaal	10.04.	-
Montag	18:00 – 18:55	BBPR	Charlotte Engel	Turnhalle	10.04.	-
Montag	19:00 - 19:55	Step-Aerobic	Charlotte Engel	Turnhalle	10.04.	-
Montag	19:00 – 20:00	Indoor Cycling	Carsten Peckmann	Studio	10.04.	-
Montag	19:00 – 20:00	Yoga	Christa Bock	Spiegelsaal	10.04.	-
Montag	20:00 – 21:00	Yogilates	Christa Bock	Spiegelsaal	10.04.	-
Montag	20:00 – 21:00	Body Forming	Susanne Langbein	Turnhalle	10.04.	-
Dienstag	08:45 – 09:45	Yoga	Christa Bock	Spiegelsaal	11.04.	-
Dienstag	10:15 – 11:15	Indoor Cycling	Carsten Peckmann	Studio	11.04.	-
Dienstag	18:30 – 20:00	Fitness f. j. Männer	Gunnar Priebe	Turnhalle	11.04.	-
Mittwoch	08:30 – 09:45	Fitness 2	Christa Bock	Harbig-Halle	12.04.	-
Mittwoch	09:45 – 11:00	Pilates	Christa Bock	Spiegelsaal	12.04.	-
Mittwoch	17:00 – 18:00	Rückenschule	Carsten Peckmann	Spiegelsaal	12.04.	-
Mittwoch	20:00 – 21:00	Indoor Cycling	Carsten Peckmann	Studio	12.04.	-
Donnerstag	08:30 – 09:30	Pilates/Rückengym	Christa Bock	Spiegelsaal	13.04.	-
Donnerstag	09:30 – 10:30	Wirbelsäule	Christa Bock	Spiegelsaal	13.04.	-



Osterferienprogramm 2017

Fitness-Studio Öffnungszeiten

Tag	Uhrzeit	Trainer	1. Woche	2. Woche
Montag	17:00 – 21:00	Carsten/Gunnar	10.04.	-
Dienstag	09:00 – 11:30	Carsten	11.04.	-
Mittwoch	18:00 – 21:00	Carsten	12.04.	-

Schwimmhalle

Tag	Uhrzeit	Angebot	Trainer	1. Woche	2. Woche
Montag	07:00 – 08:00	Wassergymnastik 1	Petra Horstmann	10.04.	-
Dienstag	17:00 – 18:00	Aqua-Fitness	Petra Horstmann	11.04.	-
Mittwoch	16:30 – 18:00	Wassergewöhnung	Petra Horstmann	12.04.	-
Donnerstag	09:45 – 10:45	Aquajogging	Petra Horstmann	13.04.	-
Donnerstag	15:30 – 16:30	Aqua Bambini	Petra Horstmann	13.04.	-
Donnerstag	17:00 – 18:00	Wassergymnastik	Petra Horstmann	13.04.	-
Donnerstag	18:00 – 19:00	Aqua-Aerobic	Petra Horstmann	13.04.	-
Donnerstag	20:00 – 21:00	Wassergymnastik 2	Petra Horstmann	13.04.	-