

# SOMMERKURSPLAN FHC AB 01.07.2024

	MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SONNTAG	
RAUM	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2	1	2
09:00			09:15 <b>PILATES</b> MARY	09:30 <b>REHA</b> GODA	09:45 <b>REHA</b> MARY		09:30 <b>WSG</b> PETRA		09:00 <b>YOGA</b> DIANA			
10:00	10:15 <b>REHA</b> KERSTIN		10:15 <b>STRETCHING/ FUNKT. TRAIN.</b> MARY	10:30 <b>REHA</b> GODA	10:45 <b>REHA</b> MARY		10:30 <b>PILATES</b> PETRA	10:30 <b>REHA</b> BEATE			10:30 <b>STEP</b> JULE	<p>JULE 07.07. 14.07. 21.07. KATI 04.08. 18.08. Ab 09/24 wieder wöchentlich!</p>
11:00	11:15 <b>REHA</b> KERSTIN		11:15 <b>BODYSHAPE</b> MARY					11:30 <b>REHA</b> BEATE			11:30 <b>BODYSHAPE</b> JULE	
12:00												
13:00												
14:00								14:00 <b>REHA</b> BIRGIT/MARY				
15:00					15:00 <b>REHA</b> BEATE							
16:00	16:45 <b>VEREIN</b> <b>JIU-JITSU</b>	16:30 <b>REHA</b> BIRGIT		16:30 <b>REHA</b> SABINE	16:00 <b>REHA</b> BEATE			16:00 <b>REHA</b> KERSTIN	16:45 - 20:30 <b>VEREIN</b>			
17:00	18.00 <b>BODYSHAPE</b> JANA/CONNI	17:30 <b>REHA</b> BIRGIT	17:00 <b>PRÄVENTION</b> MARY	17:30 <b>REHA</b> SABINE	17:45 <b>BODYSHAPE</b> CONNI	17:30 <b>ZUMBA</b> CHARLOTTE		17:00 <b>REHA</b> KERSTIN			<b>VEREIN</b>	
18:00	19.00 <b>STEP</b> JANA/CONNI	AB 18.30 - 21.00 <b>VEREIN</b>	18:00 <b>BBP</b> BINE	18:30 <b>REHA</b> SABINE	18:45 <b>PILATES</b> CONNI		18:00 <b>BODYSHAPE</b> JANA		<b>ATK - SU</b>			
19:00		<b>KRAV MAGA - ATK-SV</b>	19:00 <b>VITAL COMBAT</b> BINE	19:30 <b>KICKBOXEN</b>		19:00 - 20.30 <b>VEREIN</b>	19:00 <b>STEP</b> JANA					