

Kursplan 1. + 2. Quartal 2024

W = Winter-Ferien
F = Faschings-Ferien

O = Oster-Ferien
P = Pfingst-Ferien

Stand: 14.02.2024

	Jan '24	Feb '24	März '24	Apr '24	Mai '24	Juni '24	Juli '24
	Body Pump mit Pom I			O O	Body Pump mit Pom I	P P	Body Pump mit Pom I
	Body Pump mit Pom II			O O	Body Pump mit Pom II	P P	Body Pump mit Pom II
W	Sanftes Yoga			O O		P P	
W	Yoga montags			O O		P P	
W	Tai Chi f. Anf. + Geübte			O O	Tai Chi f. Anf. + Geübte	P P	Tai Chi f. Anf. + Geübte
W	Qigong			O O	Qigong	P P	Qigong
W	Fit v. K.-F. I	F	Fit v. K.-F. I	O O		P P	
W	Fit v. K.-F. II	F	Fit v. K.-F. II	O O		P P	
W	Yoga 1			O O		P P	
W	Yoga 2			O O		P P	
W	Zumba	F	Zumba	O O	Zumba	P P	

Kurs	Anzahl	Zeitraum	Wochentag	Uhrzeit	Ort
Body Pump m. Pom I	12x	04.01.-21.03.24	donnerstags	18.00 - 19.00	Gymraum
Body Pump m. Pom II	12x	04.01.-21.03.24	donnerstags	19.15 - 20.15	Gymraum
Sanftes Yoga	10x	ab 08.01.24	montags	16.45 - 18.00	Gymraum
Yoga	10x	ab 08.01.24	montags	18.30 - 19.45	Gymraum
Tai Chi f. Anf.+Geübte	10x	10.01.-13.03.24	mittwochs	18.45 - 19.45	Gymraum
Qigong	10x	10.01.-13.03.24	mittwochs	20.00 - 21.00	Gymraum
Fit v. K.-F. I	8x	11.01.-21.03.2024	donnerstags	18.00 - 19.00	Turnhalle Althausen
Fit v. K.-F. II	8x	11.01.-21.03.2024	donnerstags	19.15 - 20.15	Turnhalle Althausen
Yoga 1	14x	ab 12.01.24	freitags	17.15 - 18.30	Gymraum
Yoga 2	14x	ab 12.01.24	freitags	19.00 - 20.15	Gymraum
Zumba	10x	13.01.-04.05.24	samstags	17.30 - 18.30	Turnhalle Althausen
Tai Chi f. Anf.+Geübte	10x	10.04.-10.07.24	mittwochs	18.45 - 19.45	Gymraum
Qigong	10x	10.04.-10.07.24	mittwochs	20.00 - 21.00	Gymraum