

## Sportland Hallenkurse

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
			<b>Bleib Fit / Joachim</b> 8.00 - 8.45 Uhr Kirche Rhen
<b>Wirbelsäulengymnastik / Angela</b> 16.00 - 17.00 Uhr Olzeborchschule kleine Halle			<b>Aktiv 70+ / Joachim</b> 9.00 - 9.45 Uhr Kirche Rhen
	<b>Rückenschule / Veronika</b> 18.00 - 19.00 Uhr Grundschule Rhen		<b>Fitness 55+ / Joerg</b> 9.30 - 10.30 Uhr Tennishalle
<b>Step &amp; Drum / Maike P.</b> 18.00 – 19.00 Uhr Grundschule Rhen	<b>Rückenschule / Stephanie</b> 18.00 - 19.00 Uhr Olzeborchschule kleine Halle		
<b>Fitness-Mix / Maike P.</b> 19.00 - 20.00 Uhr Grundschule Rhen	<b>Lauftreff / Rita</b> 19.00 - 20.00 Uhr Outdoor		<b>Rückenfit Senioren / Karla</b> 16.00 - 17.00 Uhr Olzeborch kl. Halle
<b>Rückenschule / Rita</b> 19.00 - 20.00 Uhr Olzeborchschule kleine Halle	<b>BBPR / Maria</b> 19.00 - 20.00 Uhr Grundschule Rhen		<b>Rückenfit / Maike St.</b> 19.00 - 20.00 Uhr Grundschule Ulzburg große Halle
	<b>Fitmix / Stephanie</b> 19.00 - 20.00 Uhr Olzeborchschule kleine Halle	<b>Man Power / Wiebke</b> 19.30 - 20.30 Uhr Olzeborch kl. Halle	<b>Man Power / Marco</b> 19.30 - 21.00 Uhr Lütte School
<b>Läuferfitness / Rita</b> 20.00 - 21:00 Uhr Olzeborchschule große Halle	<b>Ballspielgruppe / Joerg</b> 20.00 - 21.30 Uhr Grund. Ulzburg kleine Halle		<b>Fußball Hobby</b> 20.30 - 22.00 Uhr Grundschule Ulzburg große Halle
	<b>Herrenfit Rücken / Maria</b> 20.30 - 21.30 Uhr Olzeborchschule kleine Halle		