

## Sportland Kursplan 05.07. – 11.07.2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<b>Rückenfit/Rita</b> 8.45 – 9.30 Uhr Tennishalle/Outdoor	<b>Fit ab 50/Silke</b> 8.45 – 9.30 Uhr Sportland/Outdoor	<b>Aerobic Light/Silke</b> 9.30 – 10.15 Uhr Sportland/Outdoor	<b>Rückenfit/Maike</b> 9.00 – 9.45 Uhr Tennishalle/Outdoor			
<b>Yoga/Annett</b> 9.30 – 10.30 Uhr Entsp.raum/Outdoor	<b>Fit ab 50/Annett</b> 8.45 – 9.30 Uhr Entsp.raum /Outdoor	<b>Indoor Cycle/</b> 10.30 – 11.30 Uhr Sportland	<b>Orthofit/Jerome</b> 9.15 – 10.00 Uhr Outdoor	<b>Rückenfit/Maike</b> 9.30 – 10.15 Uhr Sportland/Outdoor		<b>Radsporttreff/Team</b> 10.00 Uhr Outdoor
<b>Aktiv 70+/Rita</b> 9.45 – 10.30 Uhr Tennishalle/Outdoor	<b>Orthofit/Annett</b> 9.45 – 10.30 Uhr Sportland/Outdoor		<b>Fit ab 50/Rita</b> 10.00 – 10.45 Uhr Tennishalle/Outdoor	<b>Rückenfit/Maike</b> 10.30 – 11.15 Uhr Sportland/Outdoor	<b>Starker Rücken/Johanna</b> 10.15 – 11.00 Uhr Sportland/Outdoor	<b>Indoor Cycling/Finja</b> 10.30 – 11.30 Uhr Sportland
<b>Bleib fit/Orthofit/Rita</b> 10.45 – 11.30 Uhr Tennishalle/Outdoor	<b>Lungensport/Annett</b> 10.45 – 11.30 Uhr Sportland/Outdoor	<b>Orthofit/Maike</b> 11.30 – 12.15 Uhr Outdoor	<b>Yoga/Jerome</b> 10.15 – 11.15 Uhr Entsp.raum /Outdoor			<b>Workout/Finja</b> 11.45 – 12.30 Uhr Sportland/Outdoor
<b>BBP/Annett</b> 10.45 – 11.30 Uhr Sportland/Outdoor			<b>Lungensport/Andrea</b> 11.00 – 11.45 Uhr Sportland/Outdoor			
	<b>Hockergymnastik/Andrea</b> 14.30 -15.15 Uhr Sportland		<b>Starker Rücken/Annett</b> 17.00 – 17.45 Uhr Outdoor	<b>Orthofit/Rolf</b> 17.00 – 17.45 Uhr Sportland/Outdoor		
<b>Sitz Yoga/Andrea</b> 16.30 – 17.15 Uhr Sportland	<b>Pilates/Rita</b> 17.30 – 18.30 Uhr Entsp.raum /Outdoor		<b>Sport nach Krebs/Silke</b> 17.15 – 18.00 Uhr Tennishalle/Outdoor	<b>Entspannung/Kristof</b> 18.30 – 19.30 Uhr Entsp.raum /Outdoor		
	<b>Langhanteltrg./Dani</b> 18.00 – 18.45 Uhr Sportland	<b>Power im Park/Rolf</b> 18.30 – 19.15 Uhr Outdoor	<b>Zumba/Vanessa</b> 17.30 – 18.15 Uhr Sportland			
<b>Lungensport/Andrea</b> 17.30 – 18.15 Uhr Sportland	<b>Power im Park/Carina</b> 18.00 – 18.45 Uhr Outdoor	<b>Pilates/Rita</b> 18.30 – 19.30 Uhr Entsp.raum /Outdoor	<b>Starker Rücken/Annett</b> 18.00 – 18.45 Uhr Outdoor			
<b>Zen Gymnastik/Andrea</b> 18.30 – 19.45 Uhr Sportland	<b>Jumpfitness/Dani</b> 19.00 – 19.45 Uhr Sportland	<b>Indoor Cycle/Ines</b> 19.30 – 20.30 Uhr Sportland	<b>Power Yoga/Jerome</b> 19.00 – 20.30 Uhr Entsp.raum /Outdoor			
<b>Starker Rücken/Johanna</b> 20.00 – 20.45 Uhr Sportland/Outdoor	<b>Starker Rücken/Silke</b> 19.30 – 20.15 Uhr Tennishalle/Outdoor	<b>Yoga/Jerome</b> 19.45 – 21.15 Uhr Entsp.raum /Outdoor	<b>Jumpfitness/Johanna</b> 19.15 – 20.00 Uhr Sportland			

Anmeldungen und weitere Infos im Sportland unter Tel. 04193 - 94287 oder unter [www.sv-hu.de](http://www.sv-hu.de)