

<b>Fitness</b>	<b>Schwerpunkte</b>	<b>Ort</b>	<b>Zeit</b>	<b>Level</b>	<b>Alter (ca.) /Geschlecht</b>	<b>Übungsleiter</b>
Gymnastik 1 (Heidis Powertruppe)	Bauch, Beine, Po auch mit Geräten	Albert-Schweitzer klein	Montag 19.00 - 20.00	mittel	25-65 weiblich	Heidi Frobenius
Gymnastik 2 (Hupfdohlen)	Bauch, Beine, Po auch mit Geräten	Albert-Schweitzer groß	Montag 19.30 - 20.30	leicht	40-75 weiblich	Petra Dreger
Gymnastik 3	Bauch, Beine, Po auch mit Geräten	Albert-Schweitzer klein	Dienstag 19.00 - 20.00	leicht	40-75 weiblich	Reintraut Rütter
Gymnastik 4	Bauch, Beine, Po auch mit Geräten	Albert-Schweitzer klein	Donnerstag 19.30 - 20.30	leicht	35-75 weiblich	Marieta Peschke
Gymnastik 5	Bauch, Beine, Po auch mit Geräten	Albert-Schweitzer klein	Dienstag 20.00 - 21.00	leicht	40-75 männlich	Stefan Skambraks
Pilates	Muskel- und Bewegungstraining	Albert-Schweitzer klein	Dienstag 17.00 - 18.00	mittel	gemischt	Ina Weidner
Pilates	Muskel- und Bewegungstraining	Albert-Schweitzer klein	Donnerstag 17.30 - 18.30	mittel	gemischt	Ina Weidner
Aerobic (Flinke Schwalben)	Aerobic / Bodystyling	Albert-Schweitzer klein	Dienstag 18.00 - 19.00	hoch	gemischt	Ina Weidner
Aerobic (Flinke Schwalben)	Aerobic / Bodystyling	Albert-Schweitzer klein	Donnerstag 18.30 - 19.30	hoch	gemischt	Ina Weidner