










Kursplan November 2021

44	01.11.21	Montag	09:30 - 10:30	Fit und beweglich!	Sylvia
			18:30 - 19:30	Yogafit	Sylvia
			19:30 - 20:30	SUNDOWNER	Wera
	02.11.21	Dienstag	17:00 - 18:15	Nordic Walking 	Steffen
			18:30 - 19:30	SteppMix	Kevin
19:30 - 20:30			Rückenfit	Kevin	
03.11.21	Mittwoch	09:30 - 10:30	Fit und beweglich!	Heidrun	
		16:00 - 17:00	Schmetterlinge	Ute	
		18:30 - 19:30	Yogilates	Sylvia	
		19:30 - 20:30	Körper & Geist	Wera	
04.11.21	Donnerstag	18:30 - 19:30	Bewegungsmix	Kevin	
		18:45 - 20:15	LAUFLOS! 	Steffen	
		19:30 - 20:30	Kraft & Power	Anne	
05.11.21	Freitag	15:30 - 16:30	Kunterbunte Hummeln	Ute	
45	08.11.21	Montag	09:30 - 10:30	Fit und beweglich!	Sylvia
			18:30 - 19:30	Yogafit	Sylvia
			19:30 - 20:30	SUNDOWNER	Wera
	09.11.21	Dienstag	17:00 - 18:15	Nordic Walking 	Steffen
			18:30 - 19:30	SteppMix	Kevin
19:30 - 20:30			Rückenfit	Kevin	
10.11.21	Mittwoch	09:30 - 10:30	Fit und beweglich!	Sylvia	
		16:00 - 17:00	Schmetterlinge		
		18:30 - 19:30	Yogilates	Sylvia	
		19:30 - 20:30	Körper & Geist	Wera	
11.11.21	Donnerstag	18:30 - 19:30	Bewegungsmix	Kevin	
		18:45 - 20:15	LAUFLOS! 	Steffen	
		19:30 - 20:30	Kraft & Power	Anne	
12.11.21	Freitag	15:30 - 16:30	Kunterbunte Hummeln	Ute	
46	15.11.21	Montag	09:30 - 10:30	Fit und beweglich!	Heidrun
			18:30 - 19:30	Yogafit	Sylvia
			19:30 - 20:30	SUNDOWNER	Wera
	16.11.21	Dienstag	17:00 - 18:15	Nordic Walking 	Steffen
			18:30 - 19:30	SteppMix	Kevin
19:30 - 20:30			Rückenfit	Kevin	
17.11.21	Mittwoch	09:30 - 10:30	Fit und beweglich!	Sylvia	
		16:00 - 17:00	Schmetterlinge	Ute	
		18:30 - 19:30	Yogilates	Sylvia	
		19:30 - 20:30	Körper & Geist	Wera	
18.11.21	Donnerstag	18:30 - 19:30	Bewegungsmix	Kevin	
		18:45 - 20:15	LAUFLOS! 	Steffen	
		19:30 - 20:30	Kraft & Power	Anne	
19.11.21	Freitag	15:30 - 16:30	Kunterbunte Hummeln	Ute	
47	22.11.21	Montag	09:30 - 10:30	Fit und beweglich!	Sylvia
			18:30 - 19:30	Yogafit	Sylvia
			19:30 - 20:30	SUNDOWNER	Wera
	23.11.21	Dienstag	17:00 - 18:15	Nordic Walking 	Steffen
			18:30 - 19:30	SteppMix	Kevin
19:30 - 20:30			Rückenfit	Kevin	
24.11.21	Mittwoch	09:30 - 10:30	Fit und beweglich!	Heidrun	
		16:00 - 17:00	Schmetterlinge	Ute	
		18:30 - 19:30	Yogilates	Sylvia	
		19:30 - 20:30	Körper & Geist	Wera	
25.11.21	Donnerstag	18:30 - 19:30	Bewegungsmix	Kevin	
		18:45 - 20:15	LAUFLOS! 	Steffen	
		19:30 - 20:30	Kraft & Power	Kevin	
26.11.21	Freitag	15:30 - 16:30	Kunterbunte Hummeln	Ute	
48	29.11.21	Montag	09:30 - 10:30	Fit und beweglich!	Heidrun
			18:30 - 19:30	Yogafit	Sylvia
			19:30 - 20:30	SUNDOWNER	Wera
	30.11.21	Dienstag	17:00 - 18:15	Nordic Walking 	Steffen
			18:30 - 19:30	SteppMix	Kevin
19:30 - 20:30			Rückenfit	Kevin	