



Beach Gym



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10 Uhr							
11 Uhr	Sturzprophylaxe 11:00 - 12:00 Heide Urban		Senioren-sport 10:30 - 11:30 Jutta Hartke				
12 Uhr							
13 Uhr							
14 Uhr							
15 Uhr						Zumba Fitness 15:00 - 16:00 Nicole Bauscher	
16 Uhr							
17 Uhr			Stretch, let go & breathe 17:00 - 17:30				
18 Uhr				Fitness im Sand 18:00 - 19:00 Annette Schmidt			
19 Uhr			Pilates & Faszien 18:30 - 19:30 Regine Seelbach	Yoga im Sand 19:00 - 20:00 Friederike Scholz			
20 Uhr		SURFSET 19:30 - 20:30 Damaris Gaba-Lozancic	SURFSET 19:30 - 20:30 Carina Hoffmann				
21 Uhr							