

Sportprogramm

Fit & Fun



2023

20.00 Uhr – 21.30 Uhr

Doppelturnhalle

Datum	Thema	Ort	Leiter
10. Januar	Fitness+ 		Marianne
17. Januar	Faszienrollen 		Nadja
24. Januar	Aroha Kaha 		Marianne
	Sportferien		
14. Februar	Fitness+ 		Marianne
21. Februar	Bauch Bein Po 		Mary
28. Februar	Schnurball 		Lotti (Schlüssel Marianne)
7. März	Aquarena 		Isabelle
14. März	Balance Pads 		Marianne
21. März	Generalversammlung 		Weitere Informationen folgen
28. März	Flow Tonic 		Marianne
4. April	Fitness+ 		Marianne

Frühlingsferien			
25. April	Fitness+		Marianne
2. Mai	Yoga Flow		Nadja
9. Mai	Stabi Flex		Marianne Lüscher
16. Mai	Schnurball		Lotti (Schlüssel Marianne)
23. Mai	Fitness+		Marianne
30. Mai	Fitness mit Poolnudeln		Marianne
6. Juni	Pilates		Nadja
13. Juni	Walken		Marianne
20. Juni	Walken		Marianne
27. Juni	Walken		Theres
4. Juli	Walken		Marianne
Sommerferien			
15. August	Petaque		Isabelle
	Gemütlicher Start nach den Sommerferien!		