


Sportprogramm Fit & Fun

Sommerferien bis Weihnachtsferien 2024

20.15 Uhr – 21.30 Uhr

DT = Doppelturnhalle



Datum	Thema	Ort	Leiter
13. August	Outdoor Fitness	DTH 20 Uhr	Marianne
20. August	Pétanque Entfelden	Fussballplatz O'Entfelden 20 Uhr	Isabelle
27. August	Fit mit Poolnudel	DT	Marianne
3. September	Fascias (Liebscher + Brackt)	DT	Gwendolin Fiechter
10. September	Fit durch Badminton	DT	Marianne
17. September	Fit mit STEP	DT	Marianne
24. September	Pilates / Yoga	DT	Jenny
	Herbstferien		
15. Oktober	AROHA / KAHA	DT	Marianne
22. Oktober	Line Dance	DT	Bea
29. Oktober	Pilates / Yoga	DT	Jenny
5. November	Bowling		Isabelle
12. November	Fitness+	DT	Marianne
19. November	Fitness an der Wand / kleine Faszienrolle	DT	Marianne
26. November	StabyFlex	DT	Marianne L.
3. Dezember	Schnurball	DT	
10. Dezember	BalancePads	DT	Marianne
17. Dezember	Weihnachtshock 		
	Weihnachtsferien		
7. Januar	WinterFit	DT	Marianne