

Kursplan Herbstferien 2022

Montag 31.10.2022	Dienstag 01.11.2022	Mittwoch 02.11.2022	Donnerstag 03.11.2022	Freitag 04.11.2022	Samstag 05.11.2022	Sonntag 06.11.2022
Ganzkörperworkout Anja 09:25 - 10:25 Uhr (Gym)	Qi Gong Jun 10:00 - 11:00 Uhr (Gym)	Yoga für Männer Rosi 08:00 - 09:00 Uhr (Ten)				
Rehasport Heike 10:15 - 11:00 Uhr (Ten)	Feiertag					Body Styling Aliona 10:00 - 11:00 Uhr (Gym)
Rehasport Heike 11:00 - 11:45 Uhr (Ten)						Latin Dance Aliona 11:00 - 12:00 Uhr (Gym)
Demenzsport Pia & Silvana 11:45 - 12:45 Uhr (Gym)						
		Rehasport Götz 16:15 - 17:00 Uhr (MSP)				
		Rehasport Götz 17:15 - 18:00 Uhr (MSP)				
	Step Aerobic Heike 18:20 - 19:20 Uhr (GSD)					
Funktionsgymnastik Aliona 19:30 - 20:30 Uhr (GSD)	Bewegung hält fit Heike 19:30 - 20:30 Uhr (GSD)	Funktionelles Fit. Bini 19:00 - 20:00 Uhr (GSD)			Outdoor Fit Anja 17:30 - 19:00 Uhr (POW)	
		Crosstraining Bini 20:00 - 21:00 Uhr (GSD)	Deepwork Andrea 19:00 - 20:00 Uhr (MSP)		Tai Chi Jun 19:15 - 20:30 Uhr (Gym)	

Gym: Gymnastikraum im Sport- und Freizeitpark Taufkirchen, Köglweg 99, 82024 Taufkirchen

Ten: Sportraum am Tennisheim, Birkenstraße 169, 82024 Taufkirchen

GSD: Grundschule Dorfstraße, Dorfstraße 24, 82024 Taufkirchen

MSP: Mittelschule, Pappelstraße 6, 82024 Taufkirchen

POW: Sportplatz Tartanbahn Postweg 8, 82024 Taufkirchen