

Stundenplan Herbst 2006

luftsprung e.V.
aerobic und mehr...

Montag

Dienstag

Mittwoch

Donnerstag

Freitag

19:00 - 20:00 Uhr

Aerobic für Fortgeschrittene
Andrea/Marion

20:15 - 21:15 Uhr

Pilates
Claudia/Marion

17:30 - 18:30 Uhr

Qi-Gong
VHS-Kurs ab 10.10.
Erika Weiß

19:00 - 20:00 Uhr

Aerobic
Claudia

20:15 - 21:15 Uhr

Bauchtanz
VHS-Kurs ab 19.09.
Christine Dobmeier

9:00 - 10:00 Uhr

Aerobic
Andrea/Marion

10:00 - 11:00 Uhr

Neustart 50+
Bewegung; sportlich - gesund
10er Kurs ab 27.09.
Anmeldung Verein
Brigitte Lorenz

17:30 - 18:30 Uhr

Sprungkidz
Kinder 7 - 11 Jahre
(ab 20.09.) Sylvia Kolitsch

18:30 - 19:30 Uhr

Boyz & Girlz
Jugendliche 12 - 17 Jahre
Joana/Simone

20:00 - 21:00 Uhr

XXL-Aerobic
10er Kurs ab 20.09.
Anmeldung Verein oder
Tel. 5339 Marion

18:30 - 19:30 Uhr

Fatburner Step
VHS-Kurs ab 28.09.
Andrea

20:00 - 21:00 Uhr

Absolute Beginners
10er Kurs ab 21.09.
Anmeldung Verein
Claudia

19:00 - 20:00 Uhr

Bodystyling
Silvia Mader

20:00 - 21:00 Uhr

Step-Aerobic
Andrea



Nürnberger Straße 29
92242 Hirschau
Infos auch unter Telefon
09622 - 70 49 60 oder
www.luftsprung-aerobicundmehr.de
email: luftsprung-aerobicundmehr@t-online.de



■ = Stunden des Vereins
(Teilnahme im Beitrag enthalten)

■ = Kurse des Vereins (Kursgebühr)
Anmeldung auch Tel: 70 49 60

■ = Volkshochschulkurse (VHS)
Anmeldung bei Stadtverwaltung Hirschau