

Gymnastikangebote für Erwachsene im Sportcenter, Staudingerstr. 20

Gültig für Zeitraum 25. April bis 29. Juli 2022

Es gelten die jeweils aktuellen Corona-Regeln.

Jede Sportstunde dauert 45 Minuten (Ausnahmen angegeben).

In den Faschingsferien kein Sportangebot.

Kursausfälle und Vertretungen möglich! Angaben ohne Gewähr. Änderungen vorbehalten.

Änderungen im Programm finden Sie auf der Website www.svn-muenchen.de unter Aktuelles.

Montag				
Kurs	Uhrzeit	Ort / Raum	Übungsleiter/in	Bemerkung
Vital 50 Plus	08:30	SVN Sportcenter	* Heinz	

Dienstag				
Kurs	Uhrzeit	Ort / Raum	Übungsleiter/in	Bemerkung
Fit 50 Plus	09:00	SVN Sportcenter	Petra	
Lauf- u. Fitnessstraining	17:00 - 18:30	SVN Sportcenter Treffpunkt: Eingang	Petra	Outdoor

Mittwoch				
Kurs	Uhrzeit	Ort / Raum	Übungsleiter/in	Bemerkung
Bodyfit / Pilates	09:00	SVN Sportcenter	* Elfi	

Donnerstag				
Kurs	Uhrzeit	Ort / Raum	Übungsleiter/in	Bemerkung
Bauchtanz (Fortgeschrittene)	11:45 - 12:45	SVN Sportcenter	Fatma	
Happy Dance	19:45	SVN Sportcenter	Angela	
Dance und Relax	20:30	SVN Sportcenter	Angela	

Die mit einem * gekennzeichneten Stunden werden von ÜL mit Zusatzqualifikation **Pluspunkt Gesundheit** des DTB gehalten.