







Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
20.05.2024 entfällt Pfingstmontag 27.05.2024	21.05.2024 28.05.2024	22.05.2024 29.05.2024	23.05.2024 30.05.2024 entfällt Fronleichnam	24.05.2024 31.05.2024
	9:00- 9:45 Mischmasch Heinz OG	9:00 - 9:45 Gesunder Rücken Lilly nur am 29.05.2024 OG	9:00 - 10:00 Qigong entfällt EG	9:00 - 10:00 Move your body entfällt OG
	10:00 - 10:45 Morgengymnastik Lilly nur am 28.05.2024 OG	10:00 - 10:45 Functional Fitness Lilly nur am 29.05.2024 OG		10:15 - 11:15 Fit mit Qigong und Yoga Sabine Ke. OG
		15:45 - 16:30 Wirbelsäulengym. entfällt OG		
17:00 - 17:45 Wirbelsäulengymn. entfällt EG	16:30 - 17:15 Wirbelsäulengymn. entfällt OG			
	17:30 - 18:15 Haltung und Bewegung entfällt OG			
18:00 - 18:45 Gesunder Rücken Sabine St. OG			18:30 - 19:15 Rücken-Fitness Jacqueline OG	
18:55 - 19:40 Stretch & Relax Sabine St. OG	19:00 - 19:45 Bodystyling entfällt OG	19:00 - 20:30 Orientalischer Tanz Fatma OG	19:25 - 20:10 Bodyforming Jacqueline OG	18:45 - 20:15 Kraft + Dehnen Daniel nur am 31.05.2024 EG
19:00 - 20:30 Functional Training Susanna EG	19:55 - 20:40 Pilates entfällt OG	19:00 - 19:45 Bauch, Beine, Po Susanna nur am 22.05.2024 EG		
		20:00 - 20:45 Stretching Susanna nur am 22.05.2024 EG	20:15 - 21:15 Yoga Sabine St. OG	

Dauer Sportstunde 45 Minuten, Ausnahmen angegeben

Bitte beachtet auch das gekennzeichnete Angebot (G) der Abteilung Gymnastik im Sportcenter, Staudingerstraße 20

Ohne Gewähr – Änderungen vorbehalten

Weitere Informationen unter [www.svn-muenchen.de](http://www.svn-muenchen.de) oder unter 670 2300

