

SOMMERFERIENPROGRAMM 2017

Sommerpause Studio: 24.07. – 06.08.

Bistro54: 22.07. – 28.08.

1. WOCHE



Montag 17.Juli	Dienstag 18.Juli	Mittwoch 19.Juli	Donnerstag 20.Juli	Freitag 21.Juli	Samstag 22.Juli
Studio 9.00 – 13.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 11.00 – 16.00
				B 8.30h Pilates	
MFR 9.30h Rückenfitness			MFR 9.00h Zumba®	MFR 9.00h Zumba®	
MFR 10.30h Fit ab 50		MFR 9.30h Fit ab 60		B 9.30h Pilates	
		MFR 10.30h Fit ab 60		MFR 10.00h Tanzfitness Gold	

Studio 15.00 – 18.30	Studio 16.30 - 21.30	Studio 15.00 - 21.30	Studio 16.30 - 21.30	Studio 15.00 – 20.00	Sonntag 23.Juli
MFR 17.00h Rückenfitness	MFR 16.00h Zumba®	B 16.30h Vollschlank – voll fit	MFR 17.00h Hatha Yoga	 MUTOTO	Studio 9.00 – 14.00
B 18.00h Hatha Yoga	MFR 17.00h Rückenfitness	MFR 17.30h Fit ab 50	G 17.00h Yoga für JederMensch		
G 18.00h Pilates	B 18.30h Dynamic Yoga	B 17.30h Yoga Flow Anfänger*Innen	MFR 18.00h Rückenfitness		
MFR 18.30h Rückenfitness	MFR 19.00h Step Aerobic	MFR 18.30h Yoga Flow Fortgeschrittene	MFR 19.00h Bodyforming		
18.30h XCO-Walking		MFR 19.30h Pilates	MFR 20.00h Step Aerobic		
MFR 19.30h Fitnessgymnastik		MFR 20.30h Zumba®	20.10h Lauftreff		
			Laufneulinge mit Voranmeldung: 53 08 99 66		



21.Juli 2017 ab 16.30 Uhr:
Mutoto Chaud
mit Theaterstück „Pemba Safi“
und Akrobatik-Show 2017

G – Gruppenraum **MFR** – Multifunktionsraum **B** – Bewegungsraum

– Walking – Treffpunkt vor dem Haus

**SV BLAUWEIER
AASEE**

SOMMERFERIENPROGRAMM 2017

Sommerpause Studio: 24.07. – 06.08.

Bistro54: 22.07. – 28.08.

4. WOCH



Montag 07. August	Dienstag 08. August	Mittwoch 09. August	Donnerstag 10. August	Freitag 11. August	Samstag 12. August
<i>Studio</i> 9.00 – 13.00	<i>Studio</i> 9.00 – 12.00	<i>Studio</i> 9.00 – 12.00	<i>Studio</i> 9.00 – 12.00	<i>Studio</i> 9.00 – 12.00	<i>Studio</i> 11.00 – 16.00
MFR 8.30h Wirbelsäulengymnastik				B 8.30h Pilates	B 8.30h Kundalini Yoga
MFR 9.30h Rückenfitness		MFR 9.30h Fit ab 60	MFR 9.00h Zumba®	MFR 9.00h Zumba®	Kundalini Yoga ist für Menschen jeden Alters und jeder körperlichen Verfassung geeignet.
MFR 10.30h Fit ab 50				B 9.30h Pilates	
				MFR 10.00h Tanzfitness Gold	

<i>Studio</i> 15.00 – 18.30	<i>Studio</i> 16.30 - 21.30	<i>Studio</i> 15.00 - 21.30	<i>Studio</i> 16.30 - 21.30	<i>Studio</i> 15.00 – 20.00	Sonntag 13. August
	MFR 16.00h Zumba®	MFR 17.30h Fit ab 50	MFR 17.00h Hatha Yoga		<i>Studio</i> 9.00-14.00
MFR 17.00h Rückenfitness	MFR 17.00h Rückenfitness	18.30h Walking mit Handgeräten	G 17.00h Yoga für JederMensch	MFR 16.45h Thai Bo & Coreworkout	
B 18.00h Hatha Yoga	B 18.30h Dynamic Yoga	MFR 19.30h Pilates		MFR 17.45h Bodyworkout	
18.30h XCO-Walking		MFR 20.30h Zumba®	20.10h Lauftreff	Laufneulinge mit Voranmeldung: 53 08 99 66	

SV BLAUWEIER
AASEE

G – Gruppenraum **MFR** – Multifunktionsraum **B** – Bewegungsraum

– Walking – Treffpunkt vor dem Haus

SOMMERFERIENPROGRAMM 2017

Sommerpause Studio: 24.07. – 06.08.

Bistro54: 22.07. – 28.08.

5. WOCH



Montag 14. August	Dienstag 15. August	Mittwoch 16. August	Donnerstag 17. August	Freitag 18. August	Samstag 19. August
Studio 9.00 – 13.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 11.00 – 16.00
	MFR 8.15h Taiji			B 8.30h Pilates	B 8.30h Kundalini Yoga
MFR 9.30h Rückenfitness		MFR 9.30h Fit ab 60	MFR 9.00h Zumba®	MFR 9.00h Zumba®	Kundalini Yoga ist für Menschen jeden Alters und jeder körperlichen Verfassung geeignet.
				B 9.30h Pilates	
				MFR 10.00h Tanzfitness Gold	

Studio 15.00 – 18.30	Studio 16.30 - 21.30	Studio 15.00 - 21.30	Studio 16.30 - 21.30	Studio 15.00 – 20.00	Sonntag 20. August
MFR 17.00h Rückenfitness	MFR 16.00h Zumba®		MFR 17.00h Hatha Yoga		Studio 9.00-14.00
B 18.00h Hatha Yoga	MFR 17.00h Rückenfitness	MFR 17.30h Fit ab 50	G 17.00h Yoga für JederMensch	MFR 16.45h Thai Bo & Coreworkout	
MFR 18.30h Rückenfitness	B 18.30h Dynamic Yoga	18.30h Walking mit Handgeräten	MFR 18.00h Rückenfitness	MFR 17.45h Bodyworkout	
18.30h XCO-Walking	MFR 19.00h Step Aerobic	MFR 19.30h Pilates			
MFR 19.30h Fitnessgymnastik		MFR 20.30h Zumba®	20.10h Lauftreff	← Laufneulinge mit Vor Anmeldung: 53 08 99 66	

SV BLAUWEIER
AASEE

G – Gruppenraum **MFR** – Multifunktionsraum **B** – Bewegungsraum

– **Walking** – Treffpunkt vor dem Haus

SOMMERFERIENPROGRAMM 2017

Sommerpause Studio: 24.07. – 06.08.

6. WOCHE

Bistro54: 22.07. – 28.08.



Montag 21. August	Dienstag 22. August	Mittwoch 23. August	Donnerstag 24. August	Freitag 25. August	Samstag 26. August
Studio 9.00 – 13.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 9.00 – 12.00	Studio 11.00 – 16.00
	MFR 8.15h Taiji			B 8.30h Pilates	
MFR 9.30h Rückenfitness		MFR 9.30h Fit ab 60		MFR 9.00h Zumba®	
		MFR 10.30h Fit ab 60		B 9.30h Pilates	
				MFR 10.00h Tanzfitness Gold	

Montag 21. August	Dienstag 22. August	Mittwoch 23. August	Donnerstag 24. August	Freitag 25. August	Sonntag 27. August
Studio 15.00 – 18.30	Studio 16.30 - 21.30	Studio 15.00 - 21.30	Studio 16.30 - 21.30	Studio 15.00 – 20.00	Studio 9.00 – 14.00
MFR 17.00h Rückenfitness	MFR 16.00h Zumba®	B 16.30h Vollschlank – voll fit			
B 18.00h Hatha Yoga	MFR 17.00h Rückenfitness	MFR 17.30h Fit ab 50	MFR 17.00h Hatha Yoga	MFR 16.45h Thai Bo & Coreworkout	
18.30h XCO-Walking	B 18.30h Dynamic Yoga	B 17.30h Yoga Flow Anfänger*Innen		MFR 17.45h Bodyworkout	
MFR 18.30h Rückenfitness	MFR 19.00h Step Aerobic	MFR 18.30h Yoga Flow Fortgeschrittene			
		18.30h Walking mit Handgeräten			
MFR 19.30h Fitnessgymnastik		MFR 19.30h Pilates			
		MFR 20.30h Zumba®	20.10h Lauftreff	← Laufneulinge mit Voranmeldung: 53 08 99 66	

**SV BLAUWEIER
AASEE**

G – Gruppenraum **MFR** – Multifunktionsraum **B** – Bewegungsraum



– **Walking** – Treffpunkt vor dem Haus