

KURSÜBERSICHT WINTER 2021 – ALLE KURSE!

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
1 Pilates LG 10 EH 9.00-9.50 Uhr Kursstart: 11.01.2021 mit Marion Krattenmacher	19 Zumba Gold 10 EH 9.00-9.50 Uhr Kursstart: 12.01.2021 mit Heidi Oberloher	11 Fitness m.d. Baby 8 EH 10.30-11.20 Uhr Kursstart: 13.01.2021 mit Sahra Krattenmacher	2 Pilates Fortgeschr. 10 EH 8.30-9.20 Uhr Kursstart: 14.01.2021 mit Marion Krattenmacher	06 Yoga am Morgen 9 EH 8.30-9.20 Uhr Kursstart: 15.01.2021 mit Mechthild Brosch
10 Tanz Kinder 7-11J 10 EH 17.15-18.05 Uhr Kursstart: 11.01.2021 mit Lena Rappenglitz				16 Piloxing 2 10 EH 17.00-17.50 Uhr Kursstart: 15.01.2021 mit Monika Bergehrer
14 BBP 10 EH 18.30-19.20 Uhr Kursstart: 11.01.2021 mit Lena Rappenglitz	4 Pilates Anfänger 10 EH 18.00-18.50 Uhr Kursstart: 12.01.2021 mit Karin Maier	04 Pilates LG+G 10 EH 18.30-19.20 Uhr Kursstart: 13.01.2021 mit Marion Krattenmacher	9 Power Rücken 10 EH 18.00-18.50 Uhr Kursstart: 14.01.2021 mit Ivonne Doriath	
18 Zumba Fitness 10 EH 18.30-19.20 Uhr Kursstart: 11.01.2021 mit Hanna Obermeier	15 Piloxing 10 EH 19.00-19.50 Uhr Kursstart: 12.01.2021 mit Meli Oberneder	13 BBP strong 10 EH 19.00-19.50 Uhr Kursstart: 13.01.2021 mit Ivonne Doriath	6 Hatha-Yoga am Abend 9 EH 18.00-18.50 Uhr Kursstart: 14.01.2021 mit Inge Schütz	
23 Jumping Fitness Rent a Tramp 10 EH 19.30-20.20 Uhr Kursstart: 11.01.2021 mit Kristina Fischer	22 Wohlfühlkörper 10 EH 19.00-19.50 Uhr Ernährung 19.55-20.15 Uhr Kursstart: 12.01.2021 mit Karin Maier		8 Beweglichkeit/Entsp. 10 EH 19.00-19.50 Uhr Kursstart: 14.01.2021 mit Anja Mörtl	
7 Yoga Hatha 9 EH 18.30-19.20 Uhr Kursstart: 11.01.2021 mit Mechthild Brosch	20 Zumba Gold 2 10 EH 20.00-20.50 Uhr Kursstart: 12.01.2021 mit Verena Nowak		12 Body Athletics 10 EH 19.15-20.05 Uhr Kursstart: 14.01.2021 mit Laura Krattenmacher	
			21 Zumba Gold 3 10 EH 19.00-19.50 Uhr Kursstart: 14.01.2021 mit Heidi Oberloher	

Aktuelle Infos Kursprogramm :

Facebook: **sv djk Fitness & Gesundheit**

Instagram: **svdjknfitnessundgesundheit**

**Online-Anmeldung und Infos Kursprogramm
unter www.svdjk.de**

Anmeldung für die Kurse bei der:

Geschäftsstelle des SV-DJK Kolbermoor, Aiblinger Str. 12, 83059 Kolbermoor

Tel. 08031-97474, E-mail: info@svdjkn.de