Ferienprogramm 2025 von Gym and Dance e.V.

31.07. - 12.09.2025

Wann:	Sportstunde	Wo:	Übungsleiter Trainer
Montag			
09:00 - 10:00 Uhr	Morning Stretch	Gym and Dance Vereinsheim Wullesee	Trainerteam
18:00 - 19:00 Uhr	Vitalgymnastik 70+	Gym and Dance Vereinsheim Wullesee	Sabine Lindauer
19:00 - 20:00 Uhr	Linedance	Gym and Dance Vereinsheim Wullesee	Sabine Lindauer
Dienstag			
16:30 - 17:30 Uhr	Nordic Walking	Neue Feuerwehr Senderhang	Sabine Lindauer
18:00 - 19:00 Uhr	Beckenboden Training	Gym and Dance Vereinsheim Wullesee	Sabine Lindauer
19:00 - 20:00 Uhr	Step-Aerobic	Gym and Dance Vereinsheim Wullesee	Sandra Manovski
Mittwoch			
19:15 - 20:45 Uhr	Röllchen Fit - Step Training	Gym and Dance Vereinsheim Wullesee	Nicole Walther
Donnerstag			
18:00 - 19:00 Uhr	Step Aerobic Beginner	Gym and Dance Vereinsheim Wullesee	Nicole Walther
19:00 - 20:00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik	Sportplatz Im Letten (Vereinsheim bei Regen)	Sabine Lindauer
Freitag			
09:00 - 10:00 Uhr	Pilates	Gym and Dance Vereinsheim Wullesee	Trainerteam