



Sportprogramm in der Spiel + Sporthalle Hillmicke vom 01.07.-17.08.2021
Bei begrenzter Teilnehmerzahl und max. Pers. haben Mitglieder Vorrang!

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|--|--|--|---|--|
| 9.00-10.00 Uhr Bodystyling (A+B) Monika | | 8.00-9.00 Uhr Bodystyling (A+B) Denitsa | 9.00-10.00 Uhr Bodystyling (A+B) Monika | 8.15-9.15 Uhr Pilates (P) Dorothee max. 18 Pers. |
| 19.00-20.00 Uhr Outdoor Activities (A) (Grundschule Schönau) Tanja | 17.30-18.30 Uhr Body Styling (A+B) Natalie max. 25 Pers. | | 17.30-18.30 Uhr Zumba (B) Beginn: 8.7.21 Jana max.25 Pers. | 17.00-18.00 Uhr Bodystyling (A+B) Ivonne |
| | | | 18.30-20 Uhr (VA) Yoga (Y) Andrea max. 15 Pers. (Gymr.) | 18.15-19.45 Uhr (VA) Yoga (Y) Andrea max. 15 Pers. (Gymr.) |
| 18.45-19.45 Uhr Piloxing (B) Denitsa | 18.45-19.45 Uhr (VA) Hot Iron (C) Keine Anfänger Katrin | 18.50-19.50 Uhr Aerobic (A+B) Ute | 18.45-19.45 Uhr Deep Work (B) Katrin max. 25 Pers. | |
| 20.00-21.00 Uhr (VA) Hot Iron (C) Keine Anfänger Tanja | 20.00-21.00 Uhr (VA) Jumping (J) Sarah | 20.00-21.00 Uhr (VA) Hot Iron (C) Keine Anfänger Natalie | 20.00-21.00 Uhr (VA) Jumping (J) Regina | |

Nur wo Voranmeldung (VA) steht, da bitte sich anmelden!

Bei der Anmeldung Name, Telefonnummer angeben!

Anmeldung bei Tanja H. (Hot Iron) : 0151/50621955 Sonntags von 19 - 20 Uhr (begrenzte Teilnehmerzahl)

Anmeldung bei Sarah (Jumping) : dienstags bis 16 Uhr 0151/56395905 (Whats App oder SMS) (begrenzte Teilnehmerzahl)

Anmeldung bei Regina(Jumping) : donnerstags 10 bis 12.00 Uhr 0176/23550938 (WhatsApp/SMS)(begrenzte Teilnehmerzahl)

Anmeldung bei Andrea (Yoga) : 0152/04159338 (telefonisch oder Whats App) mittwochs 17.00-18.00 Uhr (begrenzte Teilnehmerzahl)

Anmeldung bei Natalie (Hot Iron) : 02762-490415 Sonntags 18.30 - 19.30 Uhr (begrenzte Teilnehmerzahl)

Anmeldung bei Katrin (Hot Iron) : 0175/5493222 (ab montags per WhatsApp oder SMS) (begrenzte Teilnehmerzahl)

Mitgliederbeiträge siehe Link auf der Homepage

weitere Infos : www.hsg-hillmicke.de

Stand: 04.07.2021