



Hier ist wieder unser flexibles Sommersportprogramm für ALLE! Bleib fit im Sommer!
 Ohne Anmeldung, einfach dabei sein! Wir freuen uns auf dich!
 Den Sommersport-Plan zum Ausdrucken findest du auf der Homepage sv-remshalden-gymnastik.de
 Über eine Spende von 3,00/Stunde freuen wir uns sehr. Dankeschön!

Donnerstag, 28.07.22

09:00 - 10:00 Jahnhalle Grunbach
Fit Kompakt mit Heike

10:15 - 11:15 Jahnhalle Grunbach
Faszienflow mit Heike

18:30 - 19:30 SH GS Grunbach
Pilates mit Vicky

18:30 - 19:30 WEH Geradstetten
Fit Kompakt mit Heike

19:45 - 20:45 WEH Geradstetten
Functional Training mit Pasi

Montag 01.08.22

14:00 - 15:00 WEH Geradstetten
Leichte Gymnastik 60+ mit Vicky

19:30 - 20:30 WEH Geradstetten
Yoga mit Fiorella

19:30 - 20:30 SH GS Grunbach
Zumba mit Katja

Dienstag 02.08.22

10:00 - 11:00 Jahnhalle Grunbach
Rücken aktiv+mobil mit Heike

18:00 - 19:00 Jahnhalle Grunbach
Faszienflow mit Heike

18:30 - 19:30 Treff Weltgarten
Outdoor Fitness mit Britta

Mittwoch 03.08.22

08:30 - 09:30 WEH Geradstetten
Pilates mit Vicky

18:30 - 19:30 Jahnhalle Grunbach
Mobility mit Heike

19:00 - 20:00 WEH Geradstetten
Yoga mit Fiorella

Donnerstag, 04.08.22

09:00 - 10:00 Jahnhalle Grunbach
Fit Kompakt mit Heike

10:15 - 11:15 Jahnhalle Grunbach
Faszienflow mit Heike

18:30 - 19:30 SH GS Grunbach
Pilates mit Vicky

18:30 - 19:30 WEH Geradstetten
Fit Kompakt mit Heike

19:45 - 20:45 WEH Geradstetten
Functional Training mit Pasi

Montag 08.08.22

14:00 - 15:00 WEH Geradstetten
Leichte Gymnastik 60+ mit Vicky

19:30 - 20:30 WEH Geradstetten
Yoga mit Fiorella

19:30 - 20:30 SH GS Grunbach
Zumba mit Katja

Dienstag 09.08.22

10:00 - 11:00 Jahnhalle Grunbach
Rücken aktiv+mobil mit Heike

18:00 - 19:00 Jahnhalle Grunbach
Faszienflow mit Heike

Mittwoch 10.08.22

08:30 - 09:30 WEH Geradstetten
Pilates mit Vicky

18:30 - 19:30 Jahnhalle Grunbach
Mobility mit Heike

19:00 - 20:00 WEH Geradstetten
Yoga mit Fiorella

Donnerstag 11.08.22

09:00 - 10:00 Jahnhalle Grunbach
Fit Kompakt mit Heike

10:15 - 11:15 Jahnhalle Grunbach
Faszienflow mit Heike

18:30 - 19:30 SH GS Grunbach
Pilates mit Vicky

18:30 - 19:30 WEH Geradstetten
Fit Kompakt mit Heike

19:45 - 20:45 WEH Geradstetten
Functional Training mit Pasi