

Kurszeiten

Anti-Alltag / Faszien

Freitag 15:30 - 16:30 Uhr Grundschule Südwest Stefan Michael

Hula-Hoop Fitness

Mittwoch 19:00 - 20:00 Uhr Grundschule Südwest Cindy Oppermann

Jumping Fitness

Dienstag 17:15 - 18:30 Uhr Grundschule Südwest Nicole Richter

Kraftausdauer

Dienstag 19:00 - 20:00 Uhr Grundschule Südwest Astrid Schumann

PMR - Progressive Muskelentspannung

Mittwoch 18:30 - 19:30 Uhr Intersport Liebig Sylke Endlich

Yoga

Freitag 17:00 - 18:30 Uhr Grundschule Südwest Nadine Goldschmidt

Zumba

Mittwoch 19:30 - 20:30 Uhr Grundschule Südwest Astrid Schumann

Zumba für Jugendliche

Donnerstag 17:30 - 18:30 Uhr Intersport Liebig Astrid Schumann