

**Wöchentliches Gymnastikangebot für SSC-Mitglieder vom 8.6. bis 29.7.2020**

Angebot	Tag	Zeit	Trainer	Raum oder: Raum bei Regen	Anmeldung	Max TN Zahl
Wirbelsäulengymnastik	Mo	08:45 - 09:40	Alwina	Outdoor Feld 5 + 6 oder SSC-Zentrum/Saal	online	18 + Trainer
fit & mobil	Mo	16:00 - 16:50	Lydia	Outdoor Feld 5 + 6 oder SSC-Zentrum/Saal	ohne Anmeldung	18 + Trainer
fit & mobil	Mo	17:00 - 17:50	Lydia	Outdoor Feld 5 + 6 oder SSC-Zentrum/Saal	ohne Anmeldung	18 + Trainer
gesund & fit	Mo	17:00 - 18:30	Inge	Parzival-Schule, große halle	ohne Anmeldung	40 +Trainer
Funktionsgymnastik	Mo	18:00 - 18:50	Alwina	Outdoor Feld 1 - 4 oder SSC-Kita/Halle unten	online	28 + Trainer
Wirbelsäulengymnastik	Mo	19:00 - 19:50	Inge	SSC-Kita/Halle unten	online	28+ Trainer
Skigymnastik	Mo	19:00 – 20:00	Larissa	Outdoor Feld 5 + 6 oder Tennishalle 3	ohne Anmeldung	unbegrenzt
Wirbelsäulengymnastik	Mo	20:00 - 20:55	Inge	SSC-Kita/Halle unten	online	28 + Trainer
Funktionsgymnastik	Di	08:45 - 09:35	Alwina	SSC-Zentrum/Saal	online	18 + Trainer
Wirbelsäulengymnastik	Di	08:45 - 09:40	Diana	Outdoor Feld 5 + 6 oder Studio/Aerobic-Raum	online	28 + Trainer
Allround-Sport (ER)	Di	09:45 - 10:45	Alwina	SSC-Sport 21/Halle A	ohne Anmeldung	30 + Trainer
Fit fürs hohe Alter	Di	09:45 - 10:45	Marianne	SSC-Kita/Halle unten	ohne Anmeldung	28 +Trainer
Wirbelsäulengymnastik	Di	19:00 - 19:50	Inge	SSC-Kita/Halle unten	online	28 + Trainer
Fitnessgymnastik	Mi	09:00 - 09:50	Alwina	Outdoor Feld 5 + 6 oder SSC-Zentrum/Saal	online	18 + Trainer
Funktionsgymnastik	Mi	10:00 - 10:50	Marianne	Outdoor Feld 5 + 6 oder SSC-Zentrum/Saal	online	18 + Trainer
Fit fürs hohe Alter	Mi	11:00 - 11:50	Marianne	SSC-Studio/Aerobic-Raum	ohne Anmeldung	28 +Trainer
Wirbelsäulengymnastik	Mi	19:00 - 19:50	Petra	Outdoor Parkfeld gegenüber. Kita oder SSC-Kita/Halle unten	online	28 + Trainer
Fitnessgymnastik	Do	09:00 - 09:50	Petra	SSC-Zentrum/Saal	online	18 + Trainer
Wirbelsäulengymnastik	Do	18:30 - 19:20	Alwina	Outdoor Feld 5 + 6 oder SSC-Kita/Halle unten	online	28 + Trainer
Allround-Sport	Fr	09:30 - 10:30	Alwina	SSC-Sport 21/Halle B	ohne Anmeldung	30 + Trainer