

Wöchentliches Gymnastikangebot für SSC-Mitglieder ab dem 14.09.2020

Angebot	Tag	Zeit	Trainer	Raum oder: Raum bei Regen	Anmeldung	Max TN Zahl
Wirbelsäulengymnastik	Mo	08:45 - 09:35	Alwina	SSC-Zentrum/Saal	online	28 + Trainer
fit & mobil	Mo	16:00 - 16:50	Lydia	SSC-Zentrum/Saal	ohne Anmeldung	28 + Trainer
fit & mobil	Mo	17:00 - 17:50	Lydia	SSC-Zentrum/Saal	ohne Anmeldung	28 + Trainer
gesund & fit	Mo	17:00 - 18:00	Inge	Parzival-Schule/große Halle	ohne Anmeldung	40 +Trainer
Funktionsgymnastik	Mo	18:00 - 18:50	Alwina	SSC-Kita/Halle unten	online	28 + Trainer
Skigymnastik	Mo	18:30 - 19:20	Larissa	Parzival-Schule/Große Halle	ohne Anmeldung	unbegrenzt
Wirbelsäulengymnastik	Mo	19:00 - 19:50	Inge	SSC-Kita/Halle unten	online	28+ Trainer
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	28 + Trainer
Wirbelsäulengymnastik	Di	08:45 - 09:35	Diana	Studio/Aerobic-Raum	online	24 + Trainer
Fit fürs hohe Alter	Di	09:45 - 10:45	Marianne	SSC-Kita/Halle unten	ohne Anmeldung	28 +Trainer
Allround-Sport (SIE + ER)	Di	10:15 - 11:15	Alwina	SSC-Sport 21/Halle A	bei Gunther Zemann	30 + Trainer
Wirbelsäulengymnastik	Di	19:00 - 19:50	Inge	SSC-Kita/Halle unten	online	28 + Trainer
Fitnessgymnastik	Mi	09:00 - 09:50	Alwina	SSC-Zentrum/Saal	online	28 + Trainer
Funktionsgymnastik	Mi	10:00 - 10:50	Marianne	SSC-Zentrum/Saal	online	28 + Trainer
Fit fürs hohe Alter	Mi	11:10 - 12:00	Marianne	SSC-Studio/Aerobic-Raum	ohne Anmeldung	24 +Trainer
Wirbelsäulengymnastik	Mi	19:00 - 19:50	Petra	SSC-Kita/Halle unten	online	28 + Trainer
Fitnessgymnastik	Do	09:05 - 09:55	Petra	SSC-Zentrum/Saal	online	28 + Trainer
Wirbelsäulengymnastik	Do	18:30 - 19:20	Alwina	SSC-Kita/Halle unten	online	28 + Trainer
Allround-Sport Gymnastik	Fr	09:15 - 10:15	Alwina	SSC-Sport 21/Halle B	ohne Anmeldung	30 + Trainer
Allround-Sport Spiele	Fr	10:15 - 11:15	Gunther	SSC-Sport 21/Halle B	ohne Anmeldung	30 + Trainer

Stand 10.09.2020