

# DJK Gymnastikraum Sportheim - Belegungsplan Sommer 2022

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
9					<b>09.00 - 10.00 Uhr</b> <i>Full Body Workout</i> Stefanie Zehetbauer/Beate	
15						
16						<b>16.00 - 21.30 Uhr</b> <i>Judo</i> Manfred Schmid (solange kein Training in der Halle möglich)
17	<b>17.00 - 18.00 Uhr</b> <i>Yoga</i> Manuel Högl	<b>16.30 - 17.30 Uhr</b> <i>Aktiv und Fit 59 plus</i> Barbara Hernes	<b>17.00 - 21.00 Uhr</b> <i>Judo</i> Manfred Schmid			
18		<b>17.45 - 18.45 Uhr</b> <i>Dancing Kids</i> Julia Legat		<b>18.00 - 19.00 Uhr</b> <i>Zumba</i> Manuela Hitscha		
19	<b>19.00 - 20.00 Uhr</b> <i>Yoga</i> Lea Schmalzbauer	<b>19.00 - 19.45 Uhr</b> <i>Rehasport</i> Thomas Rappl	<b>19.00 - 20.00 Uhr</b> <i>Outdoor-Fit</i> Beate Schmalzbauer	<b>18.30 - 20.30 Uhr</b> <i>Judo</i> <i>Eltern-Kurs</i> Manfred Schmid		
20			<b>19.00 - 20.00 Uhr</b> <i>Nordic walking</i> Yvonne Reiser			
21	Stand 01.06.2022 Anja Bachfischer					