



Unsere Angebote in den Sommerferien vom 19.07. – 27.08.2020

Montag

Uhrzeit	Angebot	Halle
17.50 – 18.50	Indian-Balance	Goetheschule – Aula
19.00 – 20.30	After-Work-Fitness	Goetheschule – Aula

Dienstag

18.00 – 19.00	Walking	Parkplatz Fasanerie / nur bei trockenem Wetter
18.30 – 19.30	Zumba Easy-Fit**	Goetheschule - Gymnastikhalle

Mittwoch

19.00 – 20.00	Rückenfit	Goetheschule – Aula
---------------	-----------	---------------------

Donnerstag

18.00 – 19.00	Nordic-Walking	Parkplatz Fasanerie / nur bei trockenem Wetter
18.30 – 20.00	Yoga	Schillerschule (Stadt)
18.45 – 19.45	Wirbelsäulengymnastik	Goetheschule – Aula
20.00 – 21.00	Pilates	Goetheschule – Aula

Freitag

09.30 – 10.15	Entspannungstraining*	Liegewiese Freibad
18.00 – 18.30	Aquafitness*	Nichtschwimmerbereich Freibad

Samstag

18.00 – 18.30	Aquafitness*	Nichtschwimmerbereich Freibad
---------------	--------------	-------------------------------

Wichtige Informationen:

1. Bitte meldet Euch für die Kurse an!
2. Es gibt ausreichend bemessene Trainingsareale für die Gruppen.
3. Bitte bringt eigene Matten mit (außer beim Walking/Nordic-Walking ☺)
4. Die Übungsleiterinnen führen eine Anwesenheitsliste. Nur mit Eintrag in der Anwesenheitsliste, darf am Training teilgenommen werden.
5. Die Ankunft und das Entfernen vom Training erfolgt mit ausreichend Abstand.
6. Bitte kommt in Trainingskleidung zum Kurs. Umkleidekabinen dürfen nicht genutzt werden, bzw. es stehen teilweise gar keine zur Verfügung.
7. Es gelten die allgemeinen Abstands- und Hygieneregeln

Änderungen vorbehalten! Wegen der zu erwartenden warmen Witterung, können Kurse kurzfristig entfallen. Bitte informiere Dich auch über unsere Homepage www.blau-gelb-gg.de

* Neben dem Eintritt fällt pro Person für jede Übungseinheit 1 Euro an Kosten an.

**zusätzlich fallen Kursgebühren (10'er-Karte) an: 35 € Mitglieder / 70 € Gäste

Alle nicht gekennzeichneten Angebote sind für Gäste durch den Erwerb von 10'er-Karten zu 50 € nutzbar.