



Unsere Angebote in den Sommerferien vom 15.07. – 25.08.2024

Montag

| Uhrzeit | Angebot | Halle |
|---------------|------------------|---|
| 17.15 – 18.45 | Yoga (ab 22.07.) | Goetheschule – Gymnastikhalle |
| 17.50 – 18.50 | Indian-Balance | Goetheschule – Gymnastikhalle (am 15.07.) Schillerschule Stadt (ab 22.07.) |
| 18.30 – 20.00 | Beachvolleyball | Freibad Groß-Gerau / nur bei trockenem Wetter |

Dienstag

| | | |
|---------------|--------------------------------|--|
| 18.00 – 19.00 | Bewegte Entspannung | Goetheschule – Gymnastikhalle |
| 18.00 – 19.00 | Walking | Parkplatz Fasanerie / nur bei trockenem Wetter |
| 18.30 – 20.00 | After-Work-Fitness (ab 23.07.) | Luise-Büchner-Schule linker Eingang |
| 19.00 – 20.00 | Rückenfit | Goetheschule – Gymnastikhalle |

Donnerstag

| | | |
|---------------|---|-------------------------------|
| 18.30 – 20.00 | Yoga | Schillerschule Stadt |
| 18.00 – 19.30 | Mami & Women-Fit (am 18.07., am 25.07. und am 15.08.) | Goetheschule – Gymnastikhalle |
| 18.45 – 19.45 | Wirbelsäulengymnastik (am 01.08., am 08.08. und am 22.08.) | Goetheschule – Gymnastikhalle |
| 20.00 – 21.00 | Pilates | Goetheschule – Gymnastikhalle |

Freitag

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

Samstag

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

Witterungsbedingt 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.

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