

Ferienprogramm der Turnabteilung
Sommerferien 2017



Datum & Uhrzeit	Kurs	Kursleiter	Ort
Mittwoch 02.08.2017 09.00-10.00 Uhr	Pilates	Ulla Dietzel	alte Realschulhalle, Realschule Hilpoltstein
Mittwoch 02.08.2017 19.00-20.00 Uhr	Workout am Step	Elke Stöhr	alte Realschulhalle
Freitag 04.08.2017 09.30-10.30 Uhr	„Fit fürs Burgfest“	Ulla Dietzel	alte Realschulhalle
Mittwoch 09.08.2017 09.00-10.15 Uhr	Yoga auf der Försterwiese	Brigitte Schneider in Kooperation mit YO-Yogastudio	Försterwiese (bei schlechtem Wetter im YO-Yogastudio)
Mittwoch 09.08.2017 19.00-20.00 Uhr	Step & Style	Ulla Dietzel	alte Realschulhalle
Freitag 11.08.2017 09.30-10.30 Uhr	„Fit nach dem Burgfest“	Ulla Dietzel	alte Realschulhalle
Dienstag 15.08.2017 09.30-10.30 Uhr	Yoga auf der Försterwiese	Doris Völkl in Kooperation mit YO-Yogastudio	Försterwiese (bei schlechtem Wetter im YO-Yogastudio)
Mittwoch 16.08.2017 09.00-10.00 Uhr	Pilates	Ulla Dietzel	alte Realschulhalle
Mittwoch 16.08.2017 19.00-20.00 Uhr	Body-Fit	Amelie Mahl	alte Realschulhalle
Donnerstag 17.08.2017 09.00-10.00 Uhr	Auch im Sitzen kann man schwitzen	Fanny Seitz	alte Realschulhalle
Donnerstag 17.08.2017 18.00-19.00 Uhr	Oldies fit halten (ab 63 Jahren)	Fanny Seitz	alte Realschulhalle
Mittwoch 23.08.2017 19.00-20.00 Uhr	Bodyweight - Training mit dem eigenen Körpergewicht	Elke Stöhr	alte Realschulhalle
Freitag 25.08.2017 09.00-10.00 Uhr	Qi-Gong	Karin Auer	alte Realschulhalle
Montag	Pilates	Elke Stöhr	alte Realschulhalle

Datum & Uhrzeit	Kurs	Kursleiter	Ort
28.08.2017 19.00-20.00 Uhr			
Donnerstag 31.08.2017 09.00-10.00 Uhr	Auch im Sitzen kann man schwitzen	Fanny Seitz	alte Realschulhalle
Donnerstag 31.08.2017 18.00-19.00 Uhr	Oldies fit halten (ab 63 Jahren)	Fanny Seitz	alte Realschulhalle
Donnerstag 31.08.2017 19.00-20.00 Uhr	Body-Fit	Amelie Mahl	alte Realschulhalle
Montag 04.09.2017 18.30-19.30 Uhr	Stabi	Ulla Dietzel	alte Realschulhalle
Montag 04.09.2017 19.30-20.30 Uhr	Intervall-Training	Elke Stöhr	alte Realschulhalle

Das Ferienprogramm ist ohne Kursbindung und für alle Interessierten nutzbar.

Orte: alte Realschulhalle, Realschule Hilpoltstein (über Hintereingang); YO-Yogastudio Marktstr. 6, HIP

Ferienprogramm der Turnabteilung

Sommerferien 2017

Datum & Uhrzeit	Kurs	Kursleiter	Ort
Mittwoch 02.08.2017 09.00-10.00 Uhr	Pilates	Ulla Dietzel	alte Realschulhalle
Mittwoch 02.08.2017 19.00-20.00 Uhr	Workout am Step	Elke Stöhr	alte Realschulhalle
Freitag 04.08.2017 09.30-10.30 Uhr	„Fit fürs Burgfest“	Ulla Dietzel	alte Realschulhalle
Mittwoch 09.08.2017 09.00-10.15 Uhr	Yoga auf der Försterwiese	Brigitte Schneider in Kooperation mit YO-Yogastudio	Försterwiese (bei schlechtem Wetter im YO-Yogastudio)
Mittwoch 09.08.2017 19.00-20.00 Uhr	Step & Style	Ulla Dietzel	alte Realschulhalle
Freitag 11.08.2017 09.30-10.30 Uhr	„Fit nach dem Burgfest“	Ulla Dietzel	alte Realschulhalle

Datum & Uhrzeit	Kurs	Kursleiter	Ort
Dienstag 15.08.2017 09.30-10.30 Uhr	Yoga auf der Försterwiese	Doris Völkl in Kooperation mit YO-Yogastudio	Försterwiese (bei schlechtem Wetter im YO-Yogastudio)
Mittwoch 16.08.2017 09.00-10.00 Uhr	Pilates	Ulla Dietzel	alte Realschulhalle
Mittwoch 16.08.2017 19.00-20.00 Uhr	Body-Fit	Amelie Mahl	alte Realschulhalle
Donnerstag 17.08.2017 09.00-10.00 Uhr	Auch im Sitzen kann man schwitzen	Fanny Seitz	alte Realschulhalle
Donnerstag 17.08.2017 18.00-19.00 Uhr	Oldies fit halten (ab 63 Jahren)	Fanny Seitz	alte Realschulhalle
Mittwoch 23.08.2017 19.00-20.00 Uhr	Bodyweight - Training mit dem eigenen Körpergewicht	Elke Stöhr	alte Realschulhalle
Freitag 25.08.2017 09.00-10.00 Uhr	Qi-Gong	Karin Auer	alte Realschulhalle
Montag 28.08.2017 19.00-20.00 Uhr	Pilates	Elke Stöhr	alte Realschulhalle
Donnerstag 31.08.2017 09.00-10.00 Uhr	Auch im Sitzen kann man schwitzen	Fanny Seitz	alte Realschulhalle
Donnerstag 31.08.2017 18.00-19.00 Uhr	Oldies fit halten (ab 63 Jahren)	Fanny Seitz	alte Realschulhalle
Donnerstag 31.08.2017 19.00-20.00 Uhr	Body-Fit	Amelie Mahl	alte Realschulhalle
Montag 04.09.2017 18.30-19.30 Uhr	Stabi	Ulla Dietzel	alte Realschulhalle
Montag 04.09.2017 19.30-20.30 Uhr	Intervall-Training	Elke Stöhr	alte Realschulhalle

Das Ferienprogramm ist ohne Kursbindung und für alle Interessierten nutzbar.

Orte: alte Realschulhalle, Realschule Hilpoltstein (über Hintereingang); YO-Yogastudio Marktstr. 6, HIP