



## SSVg 09/12 Heiligenhaus Fitness ab April 2018



	Uhrzeit	Halle	Kurs
<b>MONTAG</b>	17:00 - 18:00	Sportfeld	Dance Kids
	18:00 - 19:00	Sportfeld	ZUMBA
	19:00 - 20:00	Sportfeld	Body-Workout
	20:00 - 21:30	Sportfeld	Fitnessgymnastik
	19:30 - 21:00	Isenbügel	Fitnessgymnastik
<b>DIENSTAG</b>	09:15 - 10:45	Abtsküche	Vinyasa Yoga
	19:00 - 20:00	Abtsküche	Body-Workout
	20:00 - 21:30	Abtsküche	Hatha Yoga
	16:30 - 18:00	Isenbügel	Gesundheitssport
	18:15 - 19:45	Sportfeld	Gesundheitssport
	19:00 - 20:00	Sportplatz	Training Sportabzeichen
	20:00 - 21:30	Sportfeld	Fitnessgymnastik
<b>MITTWOCH</b>	18:00 - 19:30	Abtsküche	Line Dance
	19:30 - 21:00	Abtsküche	Kundalini Yoga
	18:00 - 19:00	Sportfeld	Gesundheitssport
	19:00 - 20:00	Sportfeld	Power Rückenfit
	20:00 - 21:30	Sportfeld	Line Dance Beginner
	ungerade Woche 20:00 - 21:30	Isenbügel	Freizeitsport Floorball
	gerade Woche 20:00 - 21:30	Isenbügel	Freizeitsport Volleyball
<b>DONNERSTAG</b>	18:15 - 19:15	Sportfeld	Body-Workout
	19:15 - 20:15	Sportfeld	Faszien-Pilates-Workout
	20:15 - 21:15	Sportfeld	ZUMBA
	18:30 - 20:00	Isenbügel	Gesundheitssport
	20:00 - 21:30	Isenbügel	Papa-Sport
	20:00 - 21:30	Unterilp	Freizeitsport Leichtathletik
<b>Freitag</b>	20:00 - 21:30 ungerade Woche	Isenbügel	Freizeitsport Volleyball
<b>Abteilung Fitness &amp; Freizeit:</b>	<b>Leitung</b> Anja Winterscheidt Handy: 0179 - 1120968		<b>E-Mail:</b> fitness@ssvg- heiligenhaus.de
	Facebook: <a href="https://www.facebook.com/groups/136303503089955/">https://www.facebook.com/groups/136303503089955/</a>		
<b>Abteilung Gesundheit:</b>	<b>Leitung</b> Stefanie Hüsgen Handy: 01575 - 580195		<b>E-Mail:</b> gesundheit@ssvg- heiligenhaus.de
<b>SSVg 09/12</b> Geschäftsstelle: <b>Hauptstr. 117a</b> Tel. 02056-3498 ssvg-heiligenhaus.de <b>Bürozeiten:</b> montags von <b>15:00-18:00</b> <b>Uhr</b>	<b>Anschriften der Sportstätten:</b> <b>Halle Isenbügel, Pestalozzistraße16</b> <b>Halle Unterilp, Saarstr. 13</b> <b>Gymnastikraum Abtsküche, Abtskücher</b> <b>Halle Sportfeld, Am Sportfeld 1</b>		