

Postsportverein-Sportprogramm Herbst / Winter 2018/2019			
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
NEU: 20.00 - 21.00 Uhr BodyFight	NEU: 18.30 - 20.00 Uhr Bodyfit	20.00 Uhr Pilates	15.15 - 16.00 Uhr Turnhasen
Power workout	Tiefenmuskulatur-Training	Kräftigung Beckenboden, Bauch, Rücken	Kinder ab 6 Jahren - <i>ohne Eltern</i>
Christophorus-Schule/Farchant	Werdenfels-Gymnasium	Dancity / Amselstr.	Werdenfels-Gymnasium
Leitung: Dani Karg Tel. 017644274145	Leitung: Blawatt / Faust Tel.942251	Leitung: E.Scheffler Tel.1731	Leitung: Dani Karg Tel. 017644274145
		Nur nach Anmeldung	
			16.00 - 17.00 Uhr Turnflöhe
			Kinder ab 2 Jahren - <i>mit Eltern</i>
			Werdenfels-Gymnasium
			Leitung: Dani Karg Tel. 017644274145
			17.00 - 18.00 Uhr Turnmäuse
			Kinder ab 4 Jahren - <i>mit Eltern</i>
			Werdenfels-Gymnasium
			Leitung: Dani Karg Tel. 017644274145
			18.30 Uhr Buddha Balance
			Sanfte Schulung der Beweglichkeit
			Fitnessstudio Dreamdancer/Badgasse
			Leitung: Karin Faust Tel.942251
			20.00 Uhr Wirbel in Balance
			Wirbelsäulengymnastik
			Werdenfels-Gymnasium
			Leitung: E.Scheffler Tel.1731
			20.00 Gesundheitsorientiertes Fitness- Training
			Christophorus-Schule/Farchant
			Leitung: H.Fichtl Tel.55050