

Programm 16.10.2022*

Uhrzeit	Sportstudio	AthletiCo	VfL Halle 1	VfL Halle 2	Stadion	HIGH FIVE
10:00 Uhr	FitnessMix für Mamis mit Alex 10:15 – 10:45 Uhr			Kinder- betreuung	Soccer Court ab 10:30 Uhr	Neuroathletik mit Martin 10:30 – 11:00 Uhr
11:00 Uhr	IndoorCycling mit Antonia 11:00 Uhr – 11:30 Uhr	BodyFit mit Alex 11:00 – 11:30 Uhr	Floorball 11:00 Uhr			
12:00 Uhr	Total Body w. mit Alex 11:45 – 12:15 Uhr	Boxen mit Yasmin 12:00 – 12:30 Uhr	Zumba mit Laura 11:30 – 12:00 Uhr			
	Qi Gong mit Andrea 12:30 – 13:00 Uhr				Neuroathletik mit Martin 12:30 – 13:00 Uhr	
13:00 Uhr					Drohnenflugshow mit David 13:00 Uhr	
14:00 Uhr	Bauch Beine Po mit Alex 14:00 – 14:30 Uhr	Boxen mit Yasmin 14:30 – 15:00 Uhr	Zumba mit Laura 14:30 – 15:00 Uhr		ab 10:30 Uhr Kinderschminken	Neuroathletik mit Martin 14:00 – 14:30 Uhr
15:00 Uhr	Qi Gong mit Andrea 15:00 – 15:30 Uhr		Boxen mit Yasmin 15:30 – 16:00 Uhr			Drohnenflugshow mit David 15:00 Uhr
16:00 Uhr						



* Änderungen vorbehalten