

MamaSport & BabySport ab 02.01.2018

GORNTRAINING+

Änderungen möglich!

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag/Sonntag
Robb- und Krabbelgruppe (8 - 12 Monate) 9 Uhr	Spiel und Bewegung mit Baby (5-8 Monate) 9 Uhr		Krabbelgruppe (9+ Monate) 9 Uhr		
Babyturnen (6 - 9 Monate) 10 Uhr	BBP mit Baby 10 Uhr	Babyschwimmen (9+ Monate - UKB) 11 Uhr <i>ausgebucht</i>	Spiel und Bewegung mit Baby (5-8 Monate) 10 Uhr		
Buggyfit 10 Uhr		Babyschwimmen (6-9 Monate - UKB) 11:30 Uhr <i>ausgebucht</i>	BBP mit Baby 10 oder 11 Uhr	Zirkel mit Baby 10 Uhr	
Pilates mit Baby 11 Uhr	Spiel und Bewegung mit Baby (5-8 Monate) 12:15 Uhr	Babyschwimmen (3-6 Monate - UKB) 12 Uhr <i>ausgebucht</i>	Zirkel mit Baby 10 oder 11 Uhr	BBP mit Baby 11 Uhr	
Rückbildung (Mo und Mi) 11 Uhr	Babymassage/ Spiel und Bewegung mit Baby (2-5 Monate) 12:15 Uhr	Rückbildung (Mo und Mi) 11 Uhr			
Babymassage/ Spiel und Bewegung mit Baby (2-5 Monate) 12:15 Uhr	Spiel und Bewegung mit Baby (5-8 Monate) 14:30 Uhr	Burzzi Dance mit Baby <i>ab 10.01.2018</i> 13 Uhr			

Änderungen möglich!

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sa/So
Wühlmäuse <i>(1,5 - 2 Jahre)</i> 15 Uhr <i>ab 08.01.2018</i>		Wühlmäuse <i>(1,5 - 2 Jahre)</i> 15 Uhr			Events Sa/So: <i>Die spannende Kullerbü - Mumelstadt</i> <i>auf Anfrage</i>
Entdeckerturnen <i>(3 - 4 Jahre)</i> 16 Uhr <i>ab 08.01.2018</i>	Entdeckerturnen <i>(2 - 3 Jahre)</i> 16 Uhr	Entdeckerturnen <i>(2 - 2,5 Jahre)</i> 15:45 Uhr	Abenteuerturnen ohne Eltern <i>(4 - 5 Jahre)</i> 16 Uhr	Eventturnen - akt. Infos auf Facebook	MamaKindYoga <i>(4 - 7 Jahre)</i> Sa 11 Uhr <i>ab 17.02.2018</i>
Abenteuerturnen ohne Eltern <i>(4 - 5 Jahre)</i> 17 Uhr <i>ab 08.01.2018</i>	Entdeckerturnen <i>(2,5 - 3,5 Jahre)</i> 17 Uhr	Abenteuerturnen ohne Eltern <i>(4 - 5 Jahre)</i> 17 Uhr	Entdeckerturnen <i>(3,5 - 4 Jahre)</i> 17 Uhr	Kinderyoga <i>(5 - 8 Jahre)</i> 16 Uhr Januar bis März auf Anfrage	
		Kids Dance <i>ab 10.01.2018</i> 15 Uhr 1,5-3 Jahre mit Eltern 16 Uhr 4-6 Jahre ohne Eltern	Kinderzirkel <i>(5-8 Jahre)</i> 16 oder 17 Uhr Teeniezirkel <i>(9-13 Jahre)</i> 17 Uhr		

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag/Sonntag
	Funktionelles Zirkeltraining 11:15 Uhr				
	Männerzirkel 18:30 Uhr			Yoga 17:15 Uhr <i>auf Anfrage</i>	
	Wirbelsäulengymnastik 18:15 Uhr		Bauch Beine Po/WSG 18:15 Uhr		
Bauch Beine Po/WSG 19:15 Uhr <i>ab 08.01.2018</i>	Funktionelles Zirkeltraining 19:30 Uhr	Nordic Walking 19:30 Uhr	Funktionelles Zirkeltraining 19:15 Uhr	Yoga (Fortgeschrittene) 20:00 Uhr <i>auf Anfrage</i>	
	Funktionelles Zirkeltraining 20:30 Uhr		Funktionelles Zirkeltraining (Männer) 20:15 Uhr		

Projekt Kugelbauch ab 02.01.2018

Änderungen möglich!

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
	Aquafitness für Schwangere Tiefwasser <i>(Freizeitforum Marzahn)</i> 13 Uhr vorauss. ab März 2018			Stammtisch Kugelbauch <i>Süßes Projekt - Familien-café</i> <i>Blumberger Damm 146</i> 9-13 Uhr	Yoga für Schwangere <i>(Blumberger Damm)</i> Sa 9:45 Uhr <i>auf Anfrage</i>
Schwangerengymnastik <i>(Blumberger Damm)</i> 13 Uhr				Yoga für Schwangere <i>(Blumberger Damm)</i> 11 Uhr <i>auf Anfrage</i>	
		Burzzi Dance Schwangere <i>(Blumberger Damm)</i> ab 10.01.2018 17:30 Uhr		Aquafitness für Schwangere Flachwasser <i>(UKB)</i> 17:15 Uhr	
	Schwangerengymnastik <i>(Blumberger Damm)</i> 19:15 Uhr			Yoga für Schwangere <i>(Blumberger Damm)</i> 18:45 Uhr <i>auf Anfrage</i>	Massagen für Schwangere <i>(Blumberger Damm)</i> <i>auf Anfrage Fr & Sa</i>