





Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
Am Grasweg	Am Grasweg	Am Grasweg	Am Grasweg	Am Grasweg	Am Grasweg	Am Grasweg
10.00 – 11.00 <u>Pilates/Yoga*</u> Birgit Schalling	8.30 – 9.30 <u>WS-Gym</u> Katrin Pope	10.00 – 10.50 <u>Reha WS Gym</u> Jean-Jaques Rolin	9.00 – 10.00 <u>"active & fit" *</u> Gesa Kröowski	9.00 – 10.00 <u>Reha WS Gym</u> Maike Krüger		
11.00 – 12.00 <u>Reha WS-Gym</u> Andrea Griebel Treffen Vitalterrasse	9.30 – 10.30 <u>WS-Gym</u> Katrin Pope	11.00 – 12.00 <u>Reha Hocker Gym</u> Jean-Jaques Rolin	10.00 – 11.00 <u>Pilates*</u> Birgit Schalling	10.00 – 11.00 <u>Gefäßtraining</u> Maike Krüger	Zumba* (nach Vereinbarung) Iris Schönberg	
	10.30 – 11.30 <u>Senioren-Integration</u> Katrin Pope		11.00 – 11.45 <u>Reha-Gym</u> Raphael Dettmer			
			12.00 – 12.45 <u>Reha-Gym</u> Raphael Dettmer			
	16.00 – 17.00 Zumbatomic 11-16 Jahre Linda Schulte	16.30 – 17.30 <u>Reha -Gym</u> Regina Schröder		16.00 – 17.00 <u>Little Vivas – 5-8 Jahre</u> Annika und Sophie		
	17:00-18.00 <u>Reha -Gym</u> Britta Birckner	17.30 – 18.30 <u>Reha -Gym</u> Regina Schröder				
18.00 – 19.00 <u>Fitness Tanz *</u> Sandra Schmidt	18:00-19.00 <u>Reha -Gym</u> Britta Birckner	18.30 – 19.30 <u>Reha -Gym</u> Regina Schröder	17.00 – 18.00 <u>Reha Gymnastik</u> Andrea Griebel Treffen Terrasse Vital	18.15 – 19.15 <u>Yoga Mittelstufe*</u> Andrea Griebel Treffen Terrasse Vital		
	19.00 – 20.00 <u>Bodyworkout -</u> <u>Rock that fight*</u> Alexandra H.-Plickat					
19.00 – 20.00 <u>Pilates*</u> Birgit Schalling		20.15 – 21.15 <u>Reha-Gym</u> Katrin Pope	19.15 – 20.15 <u>Zumba *</u> Alexandra H.-Plickat	19.15 – 20.45 <u>Filipino Fighting Arts</u>		
20.00 – 21.00 <u>laido</u>  Ulrich Bachmann		20.00 - 21.00 <u>laido</u>  Ulrich Bachmann				
20.15 – 21.15 <u>Reha Gymnastik</u> Katrin Pope						
* = 7,50€ Kursbeitrag Zusatzbeitrag Zusätzliche Kursangebote finden Sie auf unserer	Stand 28.06.2021	Studioraum, Seminarraum & Vital- Center Am Grasweg 27 (über der Geschäftsstelle)	LEGENDE  Seminarraum  Vital-Center		Homepage: www.vfl-lueneburg.de Facebook: https://www.facebook.com/VfL.Lueneburg	