

VfL Lüneburg e. V.



Sportangebot Sommerferien 2010

19.07. – 25.07.2010



Montag, 19.07.	Dienstag, 20.07.	Mittwoch, 21.07.	Donnerstag, 22.07.	Freitag, 23.07.
10:00 - 11:00 Pilates Studioraum Birgit Schalling	8:30 - 9:30 WS-Gym. Studioraum Sabine Knochenhauer	10:30 - 12:00 Qi Gong Sültenweg Frau Wang	10:00 - 11:00 Pilates Studioraum Birgit Schalling	09:30 - 10:30 Gefäßtraining Sültenweg Sabine Knochenhauer
15:00 - 16:00 Walken Waldfriedhof Sabine Knochenhauer	9:30 - 10:30 WS-Gym. Studioraum Sabine Knochenhauer	16:00 - 17:00 Aroha Sültenweg Michael Jakobowski	18:00 - 19:00 Pilates Studioraum Birgit Schalling	10:00 - 11:15 Fit trough the summer Studioraum Birte Dreyer
19:00 - 20:00 Pilates Studioraum Birgit Schalling	10:30 - 11:30 Reha Integrationsgruppe Studioraum Sabine Knochenhauer	16:00 - 17:00 BBP Studioraum Nancy Wohlfahrt	18:45 - 19:45 Walken Waldfriedhof Sabine Knochenhauer	10:30 - 11:15 Reha WS-Gym. Sültenweg Sabine Knochenhauer
20:00 - 21:30 Cantienica Studioraum Verena Biester	16:30 - 20:30 VIVA Sommertraining Studioraum Birte Dreyer	16:00 - 19:00 Laufen Haupteingang Kurpark Regina Krüger	19:00 - 20:30 Tai Chi Sültenweg Frau Wang	11:15 - 12:15 Stabilisationsgruppe Sültenweg Sabine Knochenhauer
20:00 - 21:30 Jazz up Sültenweg Nicole Ammann	17:45 - 18:45 Walken Wilschenbruch Verena Biester	17:00 - 18:00 Vital Gym. Studioraum Nancy Wohlfahrt	19:00 - 20:00 Dance-Step Studioraum Birte Dreyer	
		17:45 - 18:45 Herzsport Hermann-Löns-Schule Sabine Knochenhauer	20:00 - 21:30 Callanetics Seminarraum Helga Budde	
		18:45 - 19:45 Herzsport Hermann-Löns-Schule Sabine Knochenhauer	20:00 - 21:30 Danceation Studioraum Claudia Daniels	
		20:00 - 21:30 Energy Dance Studioraum Heike Voss		Samstag 24.07.2010
				Sonntag 25.07.2010

Die Abteilungen trainieren wie mit ihren Trainern abgesprochen ...