

sportvereinigung
ahorn 1910 e.V.



traditionell
kompetent
innovativ

Sommerferien-Programm für die Zeit vom **1. August** bis einschliesslich **10. September 2022**

Dienstag	02.08.	allgemeines Fitnesstraining 19:00 - 20:00 Uhr	Guido Berner
Mittwoch	03.08.	sanftes Fitness und Wirbelsäulentraining 19:00 - 20:00 Uhr	Klaus Leonhardt
Donnerstag	04.08.	Gerätetraining 18:00-19:00 Uhr	Guido Berner
Freitag	05.08.	Fitness- und Gerätetraining 17:30-19:00 Uhr	Klaus Leonhardt
Samstag	06.08.	Studio-Betreuung 10:00 - 12:15 Uhr	Guido Berner
Dienstag	09.08.	allgemeines Fitnesstraining 19:00 - 20:00 Uhr	Nadine Müller
Mittwoch	10.08.	sanftes Fitness und Wirbelsäulentraining 19:00 - 20:00 Uhr	Nadine Müller
Donnerstag	11.08.	Gerätetraining 18:00-19:00 Uhr	Guido Berner
Freitag	12.08.	Fitness- und Gerätetraining 17:30-19:00 Uhr	Guido Berner
Samstag	13.08.	Studio-Betreuung 10:00 - 12:15 Uhr	Guido Berner
Dienstag	16.08.	allgemeines Fitnesstraining 19:00 - 20:00 Uhr	Guido Berner
Mittwoch	17.08.	sanftes Fitness und Wirbelsäulentraining 19:00 - 20:00 Uhr	Klaus Leonhardt
Donnerstag	18.08.	Gerätetraining 18:00-19:00 Uhr	Guido Berner
Freitag	19.08.	Fitness- und Gerätetraining 17:30-19:00 Uhr	Klaus Leonhardt
Samstag	20.08.	Studio-Betreuung 10:00 - 12:15 Uhr	Klaus Leonhardt
Dienstag	23.08.	allgemeines Fitnesstraining 19:00 - 20:00 Uhr	Guido Berner
Mittwoch	24.08.	sanftes Fitness und Wirbelsäulentraining 19:00 - 20:00 Uhr	Klaus Leonhardt
Donnerstag	25.08.	Gerätetraining 18:00-19:00 Uhr	Guido Berner
Freitag	26.08.	Fitness- und Gerätetraining 17:30-19:00 Uhr	Klaus Leonhardt

sportvereinigung
ahorn 1910 e.V.



traditionell
kompetent
innovativ

Sommerferien-Programm für die Zeit vom **1. August** bis einschliesslich **10. September 2022**

Samstag	27.08.	Studio-Betreuung 10:00 - 12:15 Uhr	Guido Berner
Dienstag	30.08.	allgemeines Fitnesstraining 19:00 - 20:00 Uhr	Klaus Leonhardt
Mittwoch	31.08.	sanftes Fitness und Wirbelsäulentraining 19:00 - 20:00 Uhr	Klaus Leonhardt
Donnerstag	01.09.	Gerätetraining 18:00-19:00 Uhr	Klaus Leonhardt
Freitag	02.09.	Fitness- und Gerätetraining 17:30-19:00 Uhr	Klaus Leonhardt
Samstag	03.09.	Studio-Betreuung 10:00 - 12:15 Uhr	Klaus Leonhardt
Dienstag	06.09.	allgemeines Fitnesstraining 19:00 - 20:00 Uhr	Klaus Leonhardt
Mittwoch	07.09.	sanftes Fitness und Wirbelsäulentraining 19:00 - 20:00 Uhr	Klaus Leonhardt
Donnerstag	08.09.	Gerätetraining 18:00-19:00 Uhr	Guido Berner
Freitag	09.09.	Fitness- und Gerätetraining 17:30-19:00 Uhr	Klaus Leonhardt
Samstag	10.09.	Studio-Betreuung 10:00 - 12:15 Uhr	Guido Berner