

DU HAST DIE VORSÄTZE – WIR DIE ANGEBOTE!

+++ NEUE ANGEBOTE 2019 BEIM SV HAAREN +++

+++ POWER WORKOUT FÜR MÄNNER +++ BASKETBALL

+++ DANCE FOR TEENS+++FRAUENFITNESS LIGHT+++UND ALTBEWÄHRTES

**Vorbeikommen, mitmachen, fit werden!
Sporthalle Haaren**



**Auf der Rückseite findest du unser komplettes
Kursprogramm ab Januar 2019!**



SPORTPROGRAMM 2019

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
vormittags						11.30 Uhr Dance Girls (Tanzgruppe ab 3. Schuljahr)
14.00 Uhr					13.45 Uhr Rückengymnastik (Männer & Frauen)	
16.00 Uhr				16.00 Uhr Badminton (Kinder & Jugendl.)	16.00 Uhr Kinderturnen (ab 6)	
17.00 Uhr					17.00 Uhr Kinderturnen (ab 3)	
18.00 Uhr	18.00 Uhr Funktionstraining (Männer & Frauen)	Ab dem 19. Februar: Power-Workout (Männer)	18.00 Uhr Dance for Teens (Mädels ab 13)		18.00 Uhr Geräteturnen (ab 10)	
19.00 Uhr	19.00 Uhr Power- FrauenFitness (mit Step)	19.00 Uhr Rückengymnastik (Männer & Frauen)	19.30 Uhr FrauenFitness light	19.00 Uhr Power-Workout (Frauen)		
20.00 Uhr	20.00 Uhr Volleyball (Männer & Frauen)	20.00 Uhr Badminton (Männer & Frauen)		20.00 Uhr Basketball (Männer & Frauen)		

