

# PETTICOAT **Tanz-** und **Fitness-** Programme 2017

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>17.30-18.30 Uhr <b>Gesundheitsförderung</b> 3 ½ - 6 jährige, <u>Kurs</u> Schwäb. Gmünd: Rauchbeinhalle</p> <p style="text-align: right;">Gerlinde</p>	<p>17.00-18.00 Uhr <b>Mutter/Vater-Kind- Bewegungsschule</b> (1 1/2-3 1/2 J.) <u>Kurs</u> Schwäb. Gmünd HBG</p> <p style="text-align: right;">Gerlinde</p>	<p>9.30-10.45 Uhr <b>Cardio Aktiv</b> Herz-Kreislauf, Beweglichkeit, Muskelaufbau, Entspannung Aufsicht Kids Strassdorf</p> <p style="text-align: right;">Elke</p>	<p>16.00-17.00 Uhr <b>Pamperszwerge</b> + Eltern (1 ½-3 J.) <u>Kurs</u> Rauchbeinhalle</p> <p style="text-align: right;">Monika</p>	<p>9.00-10.00 Uhr <b>Fit und Gesund Senioren</b> 10.00-11.15 Uhr <b>Cardio Aktiv</b> Strassdorf</p> <p style="text-align: right;">Elke</p>
<p>18.00 Uhr <b>Walking und mehr</b> Musikerheim GD</p> <p style="text-align: right;">Elke</p>	<p>16.00-17.00 Uhr <b>Rock'n'Roll Kids+Teens</b> in Spraitbach</p> <p style="text-align: right;">Helga</p>	<p>18.00-19.00 Uhr <b>Fit Dance</b> Schwerzerhalle GD</p> <p style="text-align: right;">Yeulai</p>	<p>16.45-17.45 bzw. 18.45 Uhr <b>Rock'n'Roll Kids</b> in Strassdorf</p> <p style="text-align: right;">Marianna</p>	<p>18.45-19.45 Uhr <b>Indoor Cycling</b> 20.00-21.00 Uhr <b>Indoor Cycling Special</b> Straßdorf, Empore</p> <p style="text-align: right;">Elke</p>
<p>18.30 Uhr <b>Lauftreff Straßdorf</b> Treff Gemeindehalle</p> <p style="text-align: right;">Harald</p>	<p>17.30-18.30 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Weleda + Kurs Straßdorf,Empore</p> <p style="text-align: right;">Nadine</p>	<p>17.20-18.20 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Kurs</p> <p style="text-align: right;">Caro</p>	<p>18.30-19.30 Uhr <b>Cycle Well</b> für Sportanfänger <b>Indoor Cycling Mix</b> bei Bedarf</p> <p style="text-align: right;">iBast</p>	<p>20.00-22.00 Uhr <b>Boogie-Woogie</b> in Straßdorf</p> <p style="text-align: right;">Moni+Fred</p>
<p>17.15-18.15 Uhr <b>Indoor Cycling Lebenshilfe</b> Straßdorf, Empore</p> <p style="text-align: right;">Birgit</p>	<p>18.45-19.45 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Schützenverein + Kurs Straßdorf, Empore</p> <p style="text-align: right;">Elke</p>	<p>18.30-19.30 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Kurs</p> <p style="text-align: right;">Caro</p>	<p>18.30-19.30 Uhr <b>Pilates</b> 19.45-20.45 Uhr <b>Drums Alive</b> Barmer GEK</p> <p style="text-align: right;">Anne</p>	<p>19.30-20.30 Uhr <b>Latin-Linedance</b> Rauchbeinhalle GD</p> <p style="text-align: right;">Sabine+Dieter</p>
<p>18.30-19.30 Uhr <b>Indoor Cycling Mix</b> Straßdorf, Empore</p> <p style="text-align: right;">Birgit</p>	<p>20.00-21.00 Uhr <b>Rock'n'Roll</b> in Spraitbach</p> <p style="text-align: right;">Helga+Erich</p>	<p>19.45-20.45 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Kurs Straßdorf, Empore</p> <p style="text-align: right;">Anne</p>	<p>19.00-20.00 Uhr <b>Zumba</b> 20.00-21.00 Uhr <b>Vinjasa Power Yoga</b> in Strassdorf</p> <p style="text-align: right;">Ingrid K.</p>	<p>20.30-21.30 Uhr <b>Barocktänze.</b> Rauchbeinhalle GD</p> <p style="text-align: right;">Sabine+Dieter</p>
<p>19.45-20.45 Uhr <b>Indoor Cycling Mix</b> Feuerwehr und Kurs Straßdorf, Empore</p> <p style="text-align: right;">Basti</p>	<p>20.00-21.30 Uhr <b>Standard/Latein</b> Erwachsene Rauchbeinhalle GD</p> <p style="text-align: right;">Sabine+Dieter</p>	<p>20.00-21.15 Uhr <b>Cardio Aktiv</b> Strassdorf</p> <p style="text-align: right;">Elke</p>	<p>19.00-20.00 Uhr <b>Standard/Latein</b> Jugendl. Rauchbeinhalle GD</p> <p style="text-align: right;">Sabine+Dieter</p>	<p style="text-align: center;"><b>Wochenende</b></p>
<p>20.00-22.00 Uhr <b>Boogie-Woogie</b> Freies Training Straßdorf</p> <p style="text-align: right;">Moni+Fred</p>			<p>20.00-21.30 Uhr <b>Standard/Latein</b> Erw. Rauchbeinhalle GD</p> <p style="text-align: right;">Sabine+Dieter</p>	<p><b>Laufen und Stöckeln</b> Samstags 15.00 Uhr Schützenhaus Straßdorf Sonntags 10 od. 11 Uhr Trimpfad Lorch</p>