

# PETTICOAT Programme

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<p>18.45-19.45 Uhr <b>Pilates</b> Barmer-Bewegungsraum Kurs mit Anne</p> <p>20.00-21.30 Uhr <b>Boogie-Woogie</b> Gemeindehalle Straßdorf mit Moni+Fred</p> <p><b>WINTER:</b></p> <p>17.15-18.15 Uhr <b>Indoor Cycling Lebenshilfe</b> Straßdorf, Empore mit Birgit</p> <p>18.30-19.30 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Straßdorf, Empore mit Birgit</p> <p>19.45-20.45 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Straßdorf, Empore mit Basti</p> <p><b>SOMMER:</b></p> <p>18.30 Uhr <b>Walkingkurse</b> und <b>Laufkurse</b> PH Bettringen mit Elke, Gabi, Harald und Steffi</p>	<p>15.45-16.45 Uhr <b>Tanzmäuse</b> Gemeindehalle Strassdorf mit Marianna</p> <p>16.45-17.45 Uhr <b>Rock'n'Roll Kids</b> Gemeindehalle Strassdorf mit Marianna</p> <p>20.00-21.00 Uhr <b>Rock'n'Roll</b> in Spraitbach mit Helga+Erich</p> <p>20.00-21.30 Uhr <b>Standard/Latein</b> Rauchbeinhalle GD mit Sabine+Dieter</p> <p><b>WINTER:</b></p> <p>17.30-18.30 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Straßdorf,Empore mit Nadine</p> <p>18.45-19.45 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Straßdorf, Empore mit Elke</p> <p><b>SOMMER:</b></p> <p>18.30 Uhr <b>Lauftreff</b> Trimm-Dich-Pfad Lorch</p>	<p>9.30-10.45 Uhr <b>Cardio Aktiv</b> Gemeindehalle Strassdorf mit Elke</p> <p>15.00-16.00 Uhr <b>Walkingtreff</b> Musikerheim GD mit Steffi</p> <p>20.00-21.15 Uhr <b>Cardio Aktiv</b> Gemeindehalle Strassdorf mit Elke</p> <p><b>WINTER:</b></p> <p>18.30-19.30 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Gemeindehalle Strassdorf mit Caro</p> <p>19.45-20.45 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Gemeindehalle Strassdorf mit Anne</p> <p><b>SOMMER:</b></p> <p>14.00 Uhr <b>Rennradfahren</b> mit Gabi und Elke nach Vereinbarung</p>	<p>17.00-19.00 Uhr <b>Rock'n'Roll Kids</b> Eichenrainhalle Lindach mit Carina/Marianna</p> <p>18.45-19.45 Uhr <b>After Work Gym</b> Barmer-Bewegungsraum GD Kurs mit Anne</p> <p>18.45-19.45 Uhr <b>Zumba</b> Gemeindehalle Straßdorf mit Ingrid</p> <p>19.50-21.00 Uhr <b>Vinjasa Power Yoga</b> Gemeindehalle Strassdorf mit Ingrid</p> <p>19.00-20.00 Uhr <b>Standard/Latein</b> Jugendl. Rauchbeinhalle GD mit Sabine+Dieter</p> <p>20.00-21.30 Uhr <b>Standard/Latein</b> Erw. Rauchbeinhalle GD mit Sabine+Dieter</p> <p><b>WINTER:</b></p> <p>18.00-19.00 Uhr <b>Cycle Well</b> für Sportanfänger Straßdorf, Empore mit Basti</p> <p><b>SOMMER:</b></p> <p>18.30 Uhr <b>Lauftreff</b> Waldstetten mit Gabi</p>	<p>9.00-10.10 Uhr <b>Cardio Aktiv</b> Gemeindehalle Strassdorf mit Mellie</p> <p>9.30-10.40 Uhr <b>Cardio Aktiv Senioren</b> Gemeindehalle Strassdorf mit Elke</p> <p>20.00-22.00 Uhr <b>Boogie-Woogie</b> Gemeindehalle Straßdorf mit Moni+Fred</p> <p>19.30-20.30 Uhr <b>Latin-Linedance</b> Rauchbeinhalle GD mit Sabine +Dieter</p> <p>20.30-21.30 Uhr <b>Barocktänze</b> Rauchbeinhalle GD mit Sabine+Dieter</p> <p><b>WINTER:</b></p> <p>18.15-19.15 Uhr und 19-30-20.30 Uhr <b>Indoor Cycling</b> mit Elke</p> <p><b>SOMMER:</b></p> <p><b>Laufen / Radfahren</b> mit Elke je nach Wetter</p> <p><b>Wochenende</b></p> <p><b>Laufen und Walken</b> Samstags 15.00 Uhr Schützenhaus Straßdorf Sonntags 10.00 Uhr Trimm-Dich-Pfad Lorch</p> <p><b>Radfahren</b> Sa + So nach Vereinbarung</p>