

# PETTICOAT **Tanz-** und **Fitness-** Programme 2023

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
<p>17.30-18.30 Uhr <b>Indoor Cycling</b> 18.45-19.45 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Straßdorf, Empore</p> <p style="text-align: right;">Birgit + Uwe</p>	<p>16.15-17.15 Uhr <b>Tanzmäuse</b> 17.15-18.15 Uhr <b>Rock'n'Roll Kids</b> in Straßdorf</p> <p style="text-align: right;">Marianna</p> <p>17.30-18.30 Uhr <b>Indoor Cycling</b> 18.45-19.45 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Straßdorf, Empore</p> <p style="text-align: right;">Elke</p>	<p>9.30-10.45 Uhr <b>Cardio Aktiv</b> Straßdorf</p> <p style="text-align: right;">Elke</p> <p>15.00 Uhr <b>(Nordic-) Walking</b> n. Vereinbarung</p> <p style="text-align: right;">Elke</p>	<p>17.00-18.00 Uhr <b>Rock'n'Roll Kids</b> in Lindach</p> <p style="text-align: right;">Marianna</p> <p>17.45-18.45 Uhr <b>Cycle Well</b> für Sportanfänger und Senioren</p> <p style="text-align: right;">Basti</p> <p>18.30-19.30 Uhr <b>Zumba</b> 19.45-20.45 Uhr <b>Vinjasa Power Yoga</b> in Straßdorf</p> <p style="text-align: right;">Ingrid</p> <p>19.00-20.00 Uhr <b>Linedance</b> ohne Partner Rauchbeinhalle GD</p> <p style="text-align: right;">Sabine +Dieter</p> <p>20.00-21.30 Uhr <b>Standard/Latein Tänze</b> Rauchbeinhalle GD</p> <p style="text-align: right;">Sabine +Dieter</p>	<p>9.30-10.30 Uhr <b>Cardio Aktiv Senioren</b> Straßdorf</p> <p style="text-align: right;">Elke</p> <p>14.30-15.0 Uhr <b>Cardio Aktiv</b> Straßdorf</p> <p style="text-align: right;">Mellie</p> <p>17.30-18.30 Uhr <b>Indoor Cycling</b> 18.45-19.45 Uhr <b>Indoor Cycling</b> 20.00-21.00 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Straßdorf, Empore</p> <p style="text-align: right;">Elke P. Elke W. Andy</p> <p>20.00-22.00 Uhr <b>Boogie-Woogie</b> in Straßdorf</p> <p style="text-align: right;">Moni+Fred</p> <p>19.30-20.30 Uhr <b>Tanz/Aktionen/Kurse</b> Rauchbeinhalle GD</p> <p style="text-align: right;">Sabine+Dieter</p> <p>20.30-22.00 Uhr <b>Rokoko/Historische Tänze</b> Rauchbeinhalle GD</p> <p style="text-align: right;">Sabine+Dieter</p>	
<p>17.30-18.30 Uhr <b>Kraftzirkel für Läufer</b> Straßdorf</p> <p style="text-align: right;">Gabi</p>	<p>18.30 Uhr <b>Lauftreff</b> Lorch Parkplatz TEDI (Winter) Trimmichpfad (Sommer)</p>	<p>18.00-19.00 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Straßdorf, Empore</p> <p style="text-align: right;">Caro</p> <p>19.30-20.30 Uhr <b>Indoor Cycling</b> Straßdorf, Empore</p> <p style="text-align: right;">Anne</p>	<p>19.00-20.00 Uhr <b>Linedance</b> ohne Partner Rauchbeinhalle GD</p> <p style="text-align: right;">Sabine +Dieter</p>	<p>20.00-21.30 Uhr <b>Boogie-Woogie</b> Freies Training Straßdorf</p> <p style="text-align: right;">Moni + Fred</p>	<p>19.00-20.00 Uhr <b>Standard/Latein Tänze</b> Anfängerkurs Rauchbeinhalle GD</p> <p style="text-align: right;">Sabine + Dieter</p> <p>20.00-21.30 Uhr <b>Standard/Latein Tänze</b> Rauchbeinhalle GD</p> <p style="text-align: right;">Sabine + Dieter</p>
				<b>Wochenende</b>	
				<p><b>Laufen und Stöckeln</b> <u>Samstags</u> 15.00 Uhr n. Vereinbarung <u>Sonntags</u> 10.00 Uhr Trimm-Dich-Pfad Lorch</p>	