

Wöchentliches Gymnastikprogramm 2022

Montag	Gymnastik	VS Brixlegg	18.30-19.30	Barbara Einkemmer
	Gymnastik mit Pilates	VS Brandenburg	19.30-20.30	Christina Lengauer
	Kort.X	VS Kramsach	17.45-18.45	Gabriele Edlinger
Dienstag	Fit von Kopf bis Fuß	MMS Rattenberg	19.30-20.30	Barbara Einkemmer
Donnerstag	Rückenfit mit Pilates	VS Brixlegg	18.45-19.45	Sabina Pesl
	Pilates	VS Brixlegg	19.45-20.45	Sabina Pesl

Wöchentliches, kostenloses Bewegungsprogramm im Freien

Montag	„Bewegt im Park“ Kort.X	Kneippanlage ab 13.06.bis 05.09.2022	18.00-19.00	Gabriele Edlinger
Dienstag	Guten Morgen Spaziergang in Kramsach	Kneippanlage ganzjährig bei jedem Wetter	08.30-10.00	Brigitte Wenschur
Mittwoch	„Bewegt im Park“ Freiluft Smovey	Kneippanlage ab 15.06.bis 31.08.2022	09.00-10.00	Hildegard Flöck

Schnupperangebot in den Sommermonaten

Mittwoch	Qi Gong	Kneippanlage	8.30-9.00	Michaela Stiefmüller
----------	----------------	--------------	-----------	----------------------

Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnahme!
Vorbeikommen, mitmachen, kostenlos schnuppern!