

# Gut Kursprogramm 2020

Gilt ab 07. Februar 2020. Achtung, teilweise geänderte Kurszeiten und Räume wegen Dauerbelegung des oberen Saals in der MZH bis voraussichtlich Ende 2020!

<b>Mo</b>	08.30 - 09.30	<b>Frauengymnastik</b> MZH Wissenbach, große Turnhalle
	09.00 - 10.00	<b>Rehasport / Orthopädie</b> Birkenweg 10-12 (Geb. FeG Auslandshilfe) <i>nur mit Verordnung und Anmeldung!</i>
	15.15 - 16.30	<b>Eltern- und Kinderturnen</b> MZH Wissenbach, große Turnhalle
	16.30 - 18.00	<b>Kinderturnen ab 6 Jahren</b> MZH Wissenbach, große Turnhalle
	17.30 - 18.30	<b>Yoga</b> Birkenweg 10-12 (Geb. FeG Auslandshilfe) Kurse jeweils über 10h. <i>Nur mit Anmeldung beim Trainer, da auf 15 Teilnehmer begrenzt.</i>
	19.00 - 20.00	<b>Pilates</b> Gemeindehaus ev. Kirche Wissenbach (Bahnhof 2)
	19.00 - 20.00	<b>Indoor Cycling</b> Birkenweg 10-12 (Geb. FeG Auslandshilfe) <i>Nur mit Anmeldung beim Trainer, da auf 11 Teilnehmer begrenzt</i>

Geänderte Zeiten und Raum

Neu

<b>Di</b>	14.00 - 15.00	<b>Rückenfit</b> MZH Wissenbach, große Turnhalle
	09.30 - 10.30	<b>Yoga</b> Birkenweg 10-12 (Geb. FeG Auslandshilfe) Kurse jeweils über 10h. <i>Nur mit Anmeldung beim Trainer, da auf 15 Teilnehmer begrenzt</i>
	17.15 - 18.45	<b>Nordic- Walking- Treff (saisonaler Outdoorkurs)</b> Treffpunkt: Bushaltestelle MZH (17.15 Uhr) bzw. Alter Sportplatz (17.25 Uhr)
	18.00 - 19.00	<b>Step Mix</b> MZH Wissenbach, große Turnhalle
	19.00 - 20.00	<b>Latin Dance</b> MZH Wissenbach, große Turnhalle

Geänderter Raum

Neu

Geänderter Raum

<b>Mi</b>	16.30 - 17.30 (bis 31.03.2020) 17.00 - 18.00 (ab 01.04.2020)	<b>Rückenfit</b> Birkenweg 10-12 (Geb. FeG Auslandshilfe) Ab 01.04.2020 MZH Wissenbach, große Turnhalle
	18.00 - 19.00 und 19.00 - 20.00	<b>Rehasport / Orthopädie</b> Birkenweg 10-12 (Geb. FeG Auslandshilfe) <i>Nur mit Verordnung und Anmeldung!</i>
	18.45 - 19.45	<b>Bodycontrol-BBP</b> Birkenweg 10-12 (Geb. FeG Auslandshilfe)

Geänderte Zeiten und Räume

Geänderte Zeiten und Raum

<b>Do</b>	08.30 - 09.30	<b>Fit for Life</b> <b>Ganzkörpertraining</b> MZH Wissenbach, große Turnhalle
	15.45 - 16.45	<b>Dance Kids ab 4 bis 8 Jahre</b>
	16.45 - 17.45	<b>Dance Kids ab 9 Jahre</b> MZH Wissenbach, große Turnhalle
	17.30 - 18.30	<b>Pilates</b> Gemeindehaus ev. Kirche Wissenbach (Bahnhof 2)
	17:45 - 19.00	<b>Langhanteltraining</b> MZH Wissenbach, große Turnhalle <i>19 Vereins-Langhanteln vorhanden</i>
	19.00 - 20.00	<b>Ausgleichsgymnastik</b> <b>»für Sie und Ihn«</b> MZH Wissenbach, große Turnhalle

Geänderter Raum

<b>Fr</b>	17.15 - 18.15	<b>Indoor Cycling</b> Birkenweg 10-12 (Geb. FeG Auslandshilfe) <i>Nur mit Anmeldung beim Trainer, da auf 11 Teilnehmer begrenzt</i>
-----------	---------------	---

**Ansprechpartner:**  
Kursleiter (Kontakt siehe Homepage)  
Sabine Konrad 02774912941  
Julia Rottenbach-Hain 02774917635  
Mehr Infos: [www.gut-wissenbach.de](http://www.gut-wissenbach.de)

Interessenten dürfen jeweils 2 Mal in einen der regulär laufenden Kurse rein schnuppern, bevor sie sich für eine Mitgliedschaft entscheiden müssen.