

GuT Sommer Outdoorkursplan 2021

Gilt ab 21.06.2021, Veranstaltungsort neuer Wissenbacher Sportplatz,
die GuT Nutzungs- und Hygieneregeln während der Coronazeit sind zu beachten!



Hygieneregeln

Mo	08.30 – 09.30	Frauengymnastik	Übungsleiterin Christiane Lellek,
	09.30 - 10.30	Rehasport / Orthopädie	Übungsleiterin Ina Reeh nur mit Verordnung und Anmeldung!
	16.30 - 18.00	Kinderturnen ab 6 Jahren	Übungsleiterin Alica Rerich
	18.00 – 19.00	Yoga	Übungsleiterin Alexandra Krenzer Bei schlechtem Wetter Onlinetraining über Zoom
Di	09.00 – 10.00	Yoga	Übungsleiterin Alexandra Krenzer Bei schlechtem Wetter Onlinetraining über Zoom
	17.15 - 18.45	Nordic- Walking- Treff (saisonaler Outdoorkurs)	Organisatorin Christiane Krüll Treffpunkt: Bushaltestelle MZH (17.15 Uhr) bitte keine Fahrgemeinschaften bilden!
	17:30 – 18:30	Pilates	Übungsleiterin Ilka Guth-Burdalic Bei schlechtem Wetter Onlinetraining über Zoom Donnerstags 18-19 Uhr
	18.30 – 19.30	Latin Dance	Übungsleiterin Alica Rerich Bei schlechtem Wetter Onlinetraining über Zoom
Mi	17.00 - 18.00	Rückenfit	Übungsleiterin Christiane Lellek
	18.00 - 19.00	Step Mix	Übungsleiterin Alexandra Krenzer Bei schlechtem Wetter Onlinetraining über Zoom
	19.00 - 20.00	Rehasport / Orthopädie	Übungsleiterin Ina Reeh Nur mit Verordnung und Anmeldung!
Do	08.30 - 09.30	Fit for Life Ganzkörpertraining	Übungsleiterin Anna Schneider
	15.45 - 16.45	Dance Kids ab 4 bis 8 Jahre	Übungsleiterin Alica Rerich Bei schlechtem Wetter Onlinetraining über Zoom für alle
	16.45 - 17.45	Dance Kids ab 9 bis 14 Jahre	
	17:45 - 19:00	Langhanteltraining	Übungsleiter Martin Mehl 19 Vereins-Langhanteln vorhanden
	19.00 - 20.00	Ausgleichsgymnastik »für Sie und Ihn«	Übungsleiterin Ina Reeh

Der Mindestabstand von 1,5m zu anderen ist zwingend einzuhalten. Bitte nur in der vom Land Hessen erlaubten Gruppengröße zum Sportplatz kommen und nach Hause gehen, da weiterhin die staatlich verordneten Kontaktbeschränkungen gelten!

Bei Personenbegrenzungen zählen Kinder bis einschl. 14 Jahre, Corona-Geimpfte und -Genesene nicht mit.

Ansprechpartner:

Übungsleiter (Kontakt siehe Homepage)
Sabine Konrad 02774912941
Julia Rottenbach-Hain 02774917635

Mehr Infos: www.gut-wissenbach.de



Homepage

Interessenten dürfen 2 Mal in einen der regulär laufenden Kurse rein schnuppern, bevor sie sich für eine Mitgliedschaft entscheiden müssen. Erst mit der Mitgliedschaft gilt die Unfallversicherung des Vereins.