

## Sommer Outdoorkursplan

Gilt ab 06. Juli 2020, Veranstaltungsort neuer Wissenbacher Sportplatz,  
die GuT Nutzungs- und Hygieneregeln während der Coronazeit sind zu beachten!

<b>Mo</b>	08.30 - 09.30	<b>Frauengymnastik</b> Übungsleiterin Christiane Lellek, Kursstart ab 13.07.20
	09.30 - 10.30	<b>Rehasport / Orthopädie</b> Übungsleiterin Ina Reeh nur mit Verordnung und Anmeldung!
	16.30 - 18.00	<b>Kinderturnen ab 6 Jahren</b> Übungsleiterin Alica Rerich Kein Kurs vom 14.07.20 -24.07.20
	18.00 - 19.00	<b>Yoga</b> Übungsleiterin Alexandra Krenzer Kein Kurs vom 20.07.20-31.07.20
<b>Di</b>	09.30 - 10.30	<b>Yoga</b> Übungsleiterin Alexandra Krenzer Kein Kurs vom 20.07.20-31.07.20
	17.15 - 18.45	<b>Nordic-Walking-Treff (saisonaler Outdoorkurs)</b> Organisatorin Christiane Krüll Treffpunkt: Bushaltestelle MZH (17.15 Uhr) bitte keine Fahrgemeinschaften bilden!
	18.30 - 19.30	<b>Latin Dance</b> Übungsleiterin Alica Rerich Bei schlechtem Wetter Onlinetraining über Zoom Kein Kurs vom 14.07.20 -24.07.20
<b>Mi</b>	17.00 - 18.00	<b>Rückenfit</b> Übungsleiterin Christiane Lellek, Kursstart ab 13.07.20
	18.00 - 19.00	<b>Step Mix</b> Übungsleiterin Alexandra Krenzer Bei schlechtem Wetter Onlinetraining über Zoom Kein Kurs vom 20.07.20-31.07.20
	19.00 - 20.00	<b>Rehasport / Orthopädie</b> Übungsleiterin Ina Reeh Nur mit Verordnung und Anmeldung!
<b>Do</b>	08.30 - 09.30	<b>Fit for Life</b> <b>Ganzkörpertraining</b> Übungsleiterin Anna Schneider Kein Kurs vom 14.07.20 - 24.07.20
	15.45 - 16.45	<b>Dance Kids ab 4 bis 8 Jahre</b>
	16.45 - 17.45	<b>Dance Kids ab 9 Jahre</b> Übungsleiterin Alica Rerich Bei schlechtem Wetter Onlinetraining über Zoom für alle Kein Kurs vom 13.07.20 -24.07.20
	17:45 - 19.00	<b>Langhanteltraining</b> Übungsleiter Martin Mehl 19 Vereins-Langhanteln vorhanden Kein Kurs vom 13.07.20 - 24.07.20
	19.00 - 20.00	<b>Ausgleichsgymnastik</b> »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!

### Ansprechpartner:

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

Mehr Infos: [www.gut-wissenbach.de](http://www.gut-wissenbach.de)

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.