|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| *Montag* | *Dienstag* | *Mittwoch* | *Donnerstag* | *Freitag* |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| **17:35 – 19.00 Uhr**  **Konditionstraining für**  **Frauen u. Männer**  **Birkenfeld Ostwennemar** |  |  |  |  |
|  |  | **18:00 – 19.00 Uhr**  **Problemzonen-**  **Gymnastik/Stretch & Relax**  **Gymnastikraum der Friedensschule** |  |  |
|  | **19:30 – 20.15 Uhr**  **Gymnastik für Frauen**  **Friedensschule II** |  |  |  |

Grau hinterlegte Felder = zusätzliche Kosten für Kursangebote