

Fit- und Aktivplan

Termine können Sie telefonisch bei Marion Enge (05971 / 7549) vereinbaren.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
08:15 Stuhl Fit 09:15 Stuhl Fit 📍 Ludgerusforum 08:30 Stuhl Fit 09:30 Wirbelsäulengymnastik 10:30 Stuhl Fit 📍 House of Taekwon-Do 10:30 Stuhl Fit 11:15 Post Covid 📍 Basilikaforum 17:00 Move Kids 18:00 Wirbelsäulengymnastik 19:00 Gehfußball 📍 Sporthalle SV Rheine	08:00 Nordic Walking 📍 Treffpunkt Aqua Reni 17:15 Nordic Walking 📍 Treffpunkt Aqua Reni	09:30 Wirbelsäulengymnastik 10:30 Stuhl Fit 11:15 Stuhl Fit 📍 House of Taekwon-Do 14:30 Bewegung leicht gemacht 16:30 Activ Teens 📍 Sporthalle SV Rheine	09:30 Wirbelsäulengymnastik 10:30 Stuhl Fit 📍 House of Taekwon-Do 16:00 Stuhl Fit 17:00 Wirbelsäulengymnastik 📍 Fit & Fight 17:15 Wirbelsäulengymnastik 📍 Sporthalle SV Rheine