

# VfL Rötgesbüttel von 1908 e.V.

## Belegungsplan Schwingboden VfL Sportheim



Wochentag	Uhrzeit	Sportart	Ansprechpartner
Montag	14:30 - 15:30 Uhr	Schule Ganztage	Stina Schlimme Petra Hölscher
	18:15 - 19:45 Uhr	Yoga (gesonderte Kurse nach Anmeldung)	
	20:00 - 21:00 Uhr	Aerobic	
Dienstag	14:30 - 15:30 Uhr	Schule Ganztage	
	19:00 - 20:30 Uhr	Pilates Kreisvolkshochschule	
Mittwoch	10:00 - 11:00 Uhr	Wirbelsäulen-Gymnastik	Anke Hahn-Ullrich
	14:30 - 15:30 Uhr	Schule Ganztage	Barbara Busse Frank Schlimme
	18:15 - 19:15 Uhr	Wirbelsäulen-Gymnastik	
	19:30 - 20:30 Uhr	Gymnastik für Männer	
Donnerstag	14:30 - 15:30 Uhr	Schule Ganztage	Anke Hahn-Ullrich
	19:00 - 20:00 Uhr	Wirbelsäulen-Gymnastik	
Freitag	17:00 - 18:00 Uhr	Tanzen und Lachen (privates Angebot)	Ricarda Strobelt