

Planung Belegung Sport- und Tanzraum - 2017

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonnabend	Sonntag		
08.00-08.30									
08.30-09.0		8.30 Herzsportgruppe Fr. Glause fortlaufend							
09.00-09.30								09.00-09.30	
09.30-10.00					KITA-Waldemarhof	KITA-Waldemarhof			09.30-10.00
10.00 - 10.30				Hatha-Yoga Siglinde Hiller	Gymnastik mit Kindern	Gymnastik m. den Kindern			10.00-10.30
10.30-11.00				fortlaufend					10.30-11.00
11.00-11.30								11.00-11.30	
11.30-12.00	FBST Sport							11.30-12.00	
12.00-12.30								12.00-12.30	
12.30-13.00								12.30-13.00	
13.00-13.30								13.00-13.30	
13.30-14.00								13.30-14.00	
14.00-14.30								14.00-14.30	
14.30-15.00								14.30-15.00	
15.00-15.30								15.00-15.30	
15.30-16.00					Frauengymnastik Marianne Haase			15.30-16.00	
16.00-16.30					fortlaufend			16.00-16.30	
16.30-17.00								16.30-17.00	
17.00-17.30								17.00-17.30	
17.30-18.00								17.30-18.00	
18.00-18.30	Kundalini-Yoga Romy Siebert, VHS	Hatha-Yoga Fr. Leonore Graf			07.09.-07.12.2017			18.00-18.30	
18.30-19.00	04.09.-20.11.2017	fortlaufend			Wirbelsäulengymnastik Frau Prieue, VHS, 18.45 h			18.30-19.00	
19.00-19.30					07.09.-07.12.2017			19.00-19.30	
19.30-20.00						Tanztraining Frau Thieme		19.30-20.00	
20.00-20.30	Kundalini-Yoga Romy Siebert, VHS	Hatha-Yoga Fr. Leonore Graf						20.00-20.30	
20.30-21.00	04.09.-201.11.2017	fortlaufend						20.30-21.00	
21.00-21.30								21.00-21.30	
21.30-22.00								21.30-22.00	

Informationen: Kerstin Preis - Koordinatorin Rostocker Fraueninitiativen e.V., Tel: 0381 4005201, E - Mail: info@beginenhof-rostock.de
www.beginenhof-rostock.de

VHS (= Volkshochschule) - Anmeldung der Kurse dort direkt

TEL

0381 3814300

381

Yoga, Frau Graf
 Yoga Frau Hiller
 QiGong Frau Kurtz
 Yoga Frau Fenske

TEL: 0381 12839945
 TEL: 0381 4444327
 TEL: 0381 87760360
 TEL: 01629429204