



FFF FRÜHJAHR-/SOMMERKURSPLAN 2024

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
16:10-17:00 Uhr Mini Fit U4	16:10-17:00 Uhr Mini Fit Ü4	16:10-17:00 Uhr Mini Fit U4			10:00-11:00 Uhr Mini Fit U4	
17:05--18:00 Uhr Mini Fit U4	17:05--18:00 Uhr Mini Fit Ü4	17:05--18:00 Uhr Warrior Fitness Ü10		17:15--18:15 Uhr Maxi Fit Ü6	11:00--12:00 Uhr Fit`n Fun	
18:00--19:00 Uhr Gymnastik Damen 55+	18:15--19:15 Uhr Qi Gong			18:30--19:30 Uhr Fit`n Fun Zirkeltraining	12:10--13:00 Uhr Floorball Ü6 Coming Soon ab Sommer	
19:00--19:50 Uhr Fit`n Fun Kurs 1	19:20--20:20 Uhr Rücken Fit		19:00--20:00 Uhr Walken Treffpunkt Halle			
20:15--21:15 Uhr Fit`n Fun Kurs 2	19:45--21:15 Uhr Yoga SMG Gymnastikraum					
20:05--21:05 Uhr Zumba Tanzraum						

SSV STRÜMP 1964 E.V. | ABTEILUNG FAMILIE, FUN, FITNESS | FITNESS@SSV-STRUEMP.DE

- Alle Kurse finden in der Sporthalle am Kaustinenweg in Strümp statt. Ausnahmen sind im Plan gekennzeichnet.
- In den Schulferien und an den Feiertagen finden keine Kurse statt (Ausnahmen werden bekannt gegeben).
- Bei Interesse ist ein kostenloses Probetraining möglich. Anmeldungen unter fitness@ssv-struemp.de.