

**SSC-Angebote ausgezeichnet mit dem Qualitätssiegel PLUSPUNKT Gesundheit DTB**

Angebot	Tag	Zeit	Trainerin	Ort
Wirbelsäulengymnastik	Montag	08:45-09:45	Alwina	SSC-Zentrum/Saal
fit & mobil	Montag	16:00-16:55	Lydia	SSC-Zentrum/Saal
fit & mobil	Montag	17:10-18:05	Lydia	SSC-Zentrum/Saal
Funktionsgymnastik	Montag	17:45-18:45	Alwina	SSC-Kita/Halle unten
Wirbelsäulengymnastik	Montag	19:00-20:00	Inge	SSC-Kita/Halle unten
Funktionsgymnastik	Dienstag	08:45-09:45	Alwina	SSC-Zentrum/Saal
Fit fürs hohe Alter	Dienstag	09:45-10:45	Marianne	SSC-Kita/Halle unten
Allround-Sport	Dienstag	10:15-11:15	Alwina	SSC-Sport 21/Halle A
Wirbelsäulengymnastik	Dienstag	19:00-20:00	Inge	SSC-Kita/Halle unten
Fitnessgymnastik	Mittwoch	08:45-09:45	Alwina	SSC-Zentrum/Saal
Funktionsgymnastik	Mittwoch	10:00-10:55	Marianne	SSC-Zentrum/Saal
Wirbelsäulengymnastik	Mittwoch	10:00-11:00	Alwina	SSC-Zentrum/Spiegelsaal
Wirbelsäulengymnastik	Mittwoch	19:15-20:15	Petra	SSC-Kita/Halle unten
Fitnessgymnastik	Donnerstag	09:05-10:00	Petra	SSC-Zentrum/Saal
Wirbelsäulengymnastik	Donnerstag	18:30-19:25	Alwina	SSC-Kita/Halle unten
Allround-Sport	Freitag	09:15-10:10	Eva	SSC-Sport 21/Halle B

Stand 02.03.2023