

Meine Verordnung ist gültig bis:

Jahr 2024 Trainingszeiten immer 18:30 - 20:00 Uhr in der EKS Turnhalle Centrum Postbauer-Heng

Januar	Ferien				
	10.01	Romy	Ulli	Sabrina	Dres Böhmer&Kollegen
	17.01	Gudrun	Sabrina	Doris	Dres Langner-Böttger
	24.01	Ole	Romy	Ulli	Dr. Kobras
	31.01	Ulli	Ole	Romy	Dr. Mahlich

Juli	03.07	Sabrina	Ulli	Gudrun	Dr. Kobras
	10.07	Ulli	Romy	Doris	Dres Böhmer&Kollegen
	17.07	Roswitha	Doris	Karl-Heinz	Dr. Mahlich
	24.07	Karl-Heinz	Ole	Romy	Dres Langner-Böttger
	Ferien				

Februar	07.02	Ole	Doris	Sabrina	Dres Böhmer&Kollegen
	Ferien				
	21.02	Gudrun	Ole	Ulli	Dr. Mahlich
	28.02	Sabrina	Romy	Gudrun	Dres Langner-Böttger
	Ferien				

August	Ferien				
	Ferien				
	Ferien				
	Ferien				
	Ferien				

März	06.03	Ulli	Ole	Romy	Dr. Kobras
	13.03	Doris	Sabrina	Ole	Dres Böhmer&Kollegen
	20.03	Romy	Ulli	Gudrun	Dr. Mahlich
	Ferien				
	Ferien				

September	Ferien				
	11.09	Doris	Romy	Gudrun	Dr. Kobras
	18.09	Sabrina	Ulli	Roswitha	Dres Böhmer&Kollegen
	25.09	Romy	Ole	Karl-Heinz	Dr. Mahlich
	Ferien				

April	Ferien				
	10.04	Roswitha	Gudrun	Romy	Dres Langner-Böttger
	17.04	Karl-Heinz	Roswitha	Sabrina	Dr. Kobras
	24.04	Ulli	Ole	Doris	Dres Böhmer&Kollegen
	Ferien				

Oktober	02.10	Sabrina	Doris	Gudrun	Dres Langner-Böttger
	09.10	Romy	Roswitha	Ulli	Dr. Kobras
	16.10	Ole	Gudrun	Sabrina	Dres Böhmer&Kollegen
	23.10	Ulli	Ole	Karl-Heinz	Dr. Mahlich
	Ferien				

Mai	01.05	Feiertag			
	08.05	Romy	Doris	Karl-Heinz	Dr. Mahlich
	15.05	Roswitha	Gudrun	Sabrina	Dres Langner-Böttger
	Ferien				
	Ferien				

November	06.11	Romy	Roswitha	Doris	Dres Langner-Böttger
	13.11	Sabrina	Ole	Karl-Heinz	Dr. Kobras
	20.11	Buß- und Betttag			
	27.11	Sabrina	Gudrun	Ole	Dres Böhmer&Kollegen
	Ferien				

Juni	05.06	Gudrun	Sabrina	Ole	Dr. Kobras
	12.06	Romy	Ole	Sabrina	Dres Böhmer&Kollegen
	19.06	Ulli	Doris	Karl-Heinz	Dr. Mahlich
	26.06	Karl-Heinz	Gudrun	Roswitha	Dres Langner-Böttger
	Ferien				

Dezember	04.12	Doris	Ole	Karl-Heinz	Dr. Mahlich
	11.12	Sabrina	Ulli	Gudrun	Dres Langner-Böttger
	18.12	"Romy's Glühweinstadt" (Am Ährenkranz 2a)			
	Ferien				
	Ferien				

Meine Verordnung ist gültig bis:

2025					
Ferien					
Januar	08.01	Romy	Sabrina	Ole	Dres Langner-Böttger
	15.01.	Ulli	Doris	Roswitha	Dr. Kobras
	22.01.	Gudrun	Ole	Sabrina	Dr. Mahlich
	29.01.	Doris	Ulli	Romy	Dres Böhmer&Kollegen

Wichtige Termine

Grillfest

26.07.24 für alle mit Partner/in

Weihnachtsfeier

13.12.24 für alle mit Partner/in

Tagesausflug

Wird im Training bekannt gegeben.

Vorträge :

Werden im laufenden Trainingstermin bekannt gegeben.

Abteilung Herzgruppe

Romy Rockstroh



Hinweis:

Sollte es die Witterung zulassen werden die Sportstunden auch ausserhalb der Halle durchgeführt.

Es bietet sich an:

- z.B. Radfahren, Walken, Streckengehen oder auch Gymnastik im Freien

Die schwach-belastbare Gruppe macht immer in der Nähe der Halle Sport.

Bitte bringen Sie zum Sport ausreichend zum Trinken mit.

Vergessen Sie nicht vor dem Sport Ihren Blutdruck zu messen!

Meine Verordnung ist gültig bis:

Kontrolle der Zuordnung

Langner-Böttger	9
Böhmer&Kollegen	9
Kobras	8
Mahlich	9
Karl-Heinz	10
Ulli	14
Roswitha	8
Doris	12
Grudrun	14
Romy	15
Ole	16
Sabrina	16