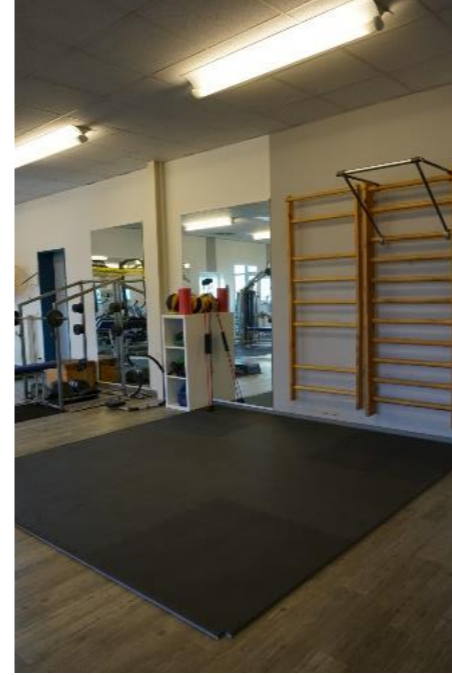




Lübecker
Turnerschaft
von 1854 e.V.

LT-STUDIO KURSANGEBOT



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Rückenschule 09:00 – 10:00 / Monika Gym-Halle		Ganzkörpertraining 09:00 – 10:00 / Monika Gym-Halle	
	SD – Gymnastik (StabilisationsDynamik) 10:00 – 11:00 / Inge Gym-Halle			
	Yoga 10:15 – 11:15 / Monika Mehrzweckraum			
Wirbelsäulengymnastik 17:00 – 18:00 / Doreen Gym-Halle	Outdoor Power 17:30 – 18:30 / Nicole LT-Platz		Wechselnde Kurse Siehe Aushang!	
Yoga 18:00 – 19:00 / Doreen KiTa-Halle	Faszien-Training 18:00 – 19:00 / Sandra Gym-Halle	Langhantelworkout 18:00 – 19:00 / Torsten Gym-Halle		Rücken & Relax 18:00 – 19:00 / Wechs. Gym-Halle
Figur Pur 19:00 – 20:00 / Jutta Gym-Halle	Fitness Cocktail 19:00 – 20:00 / Robert Gym-Halle	Pilates (Nur Online) 19:00 – 20:00 / Nadeshda (Anmeldung: nadeshda@gmx.de)	Indoor Cycling 18:50 – 20:00 / Karin Gym-Halle	

Montag	15:00 – 21:00 Uhr
Dienstag	09:00 – 12:30 Uhr 15:00 – 21:00 Uhr
Mittwoch	15:00 – 21:00 Uhr
Donnerstag	09:00 – 12:30 Uhr 15:00 – 21:00 Uhr
Freitag	15:00 – 21:00 Uhr
Samstag	11:00 – 15:00 Uhr