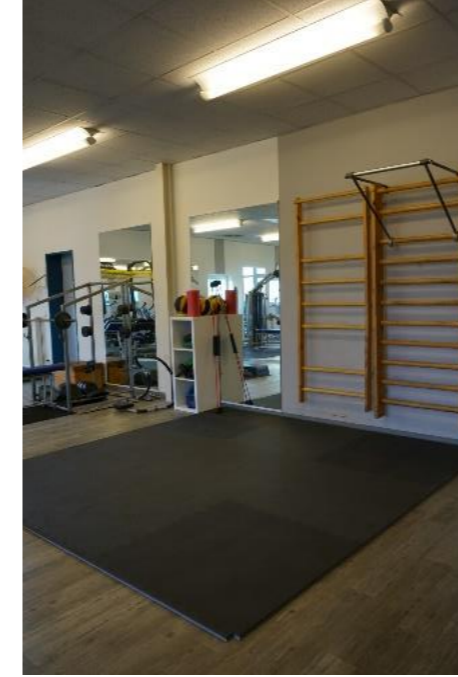




Lübecker  
Turnerschaft  
von 1854 e.V.

# LT-STUDIO KURSANGEBOT



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	Rund um den Rücken 09:00 – 10:00 / Sylvia Gym-Halle		Ganzkörpertraining 09:00 – 10:00 Gym-Halle	
	SD – Gymnastik (StabilisationsDynamik) 10:00 – 11:00 / Inge Gym-Halle			
	Yoga 10:30 – 11:45 / Sylvia Mehrzweckraum			
Wirbelsäulengymnastik 17:00 – 18:00 / Doreen Gym-Halle	Outdoor Power 17:30 – 18:30 / Nicole M LT-Platz			
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	Functional For Beginner 18:00 – 18:45 / Kirsten Studio	Rücken & Relax 18:00 – 19:00 Gym-Halle
Figur Pur 19:00 – 20:00 / Jutta Gym-Halle	Fitness Cocktail 19:00 – 20:00 Gym-Halle	Latino Aerobic 19:00 – 20:00 / Nicole S. KiTa-Halle	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