

Kursplan TuS Dassendorf

14.4.-17.4.2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	
07:45-08:15 Mobility ZOOM Jule		07:45-08:15 Mobility ZOOM Jule		
08:30-09:15 Step Aerobic Jule		08:30-09:15 Body Workout Jule		
		09:20-10:05 Faszienlösung Jule	10:30-11:30 Health Sandra	
			17:30-19 Uhr Kung Fu Turnhalle- Tobi	
17:45-18:45 Jumping Sandra				
	19:00-19:45 Rückenfit Jule		19:00-19:45 Step Aerobic Jule	
	19:50-20:50 Indoor Cycling Jule			

17:00-18:00 Meditation (mit Anmeldung unter
0174-935 11 77)