



Stand: 26.01.22

Gautinger Sportclub, Leutstettenerstr. 50, 82131 Gauting

Übersicht - aktuelles Stundenangebot / Erwachsene Fitness/Gymnastik

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
Reha*) 9.00 - 10.00 Wirbelsäule/Osteoporose GSC Gymsaal Susanne Dietl	8.30 - 9.30 Pilates GSC Gymsaal Mark Negyesi	8.30 - 9.30 Nordic Walking GSC-Parkplatz Ulli Starp	8.30 - 9.30 YOGA GSC Gymsaal Conny Schoop	8.30 - 9.30 Pilates GSC Gymsaal Mark Negyesi
	10.00 - 11.00 Fit am Morgen GSC Turnhalle Antonie Sporrer	9.00 - 10.00 Fit mit Energy Dance GSC Gymsaal Renate Hartung	10.00 - 11.00 Wirbelsäule + Fitness GSC Turnhalle Ulli Starp	
18.00 - 19.30 Nordic Walking GSC-Parkplatz Sabine Buhmann (nur im Sommer)		10.00 - 11.00 Fit mit Energy Dance GSC Gymsaal		
19.00 - 20.00 Fit mit Energy Dance Turnhalle Grundschule Ammerseestr. Renate Hartung		19.00 - 20.00 Functional Training GSC Turnhalle Tina Häuser	19.30 - 21.00 Alles in Bewegung Turnhalle Grundschule Schulstraße Monika Labmeier	
20.00 - 21.00 Fit mit Energy Dance Turnhalle Grundschule Ammerseestr. Renate Hartung				

*) mit ärztl. Verordnung und Kurskarte möglich