

09. Oktober - 15. Oktober 2017

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
08:45-09:45 Uhr NEU! Halle 1 mit Sabine Gymnastik – Fit im Alter	08:45-09:45 Uhr Halle 2 mit Hilde Gymnastik – Fit im Alter	09:15-10:30 Uhr NEU! Halle 1 mit Sabine Cardio & Style	09:30-10:45 Uhr Raum 7 mit Andrea Yoga 1-2	09:15-10:15 Uhr Halle 1 mit Susanne Bauch-Beine-Po	10:30-11:45 Uhr Halle 1 mit Helmut Yoga 1
09:00-10:00 Uhr Raum 7 mit Susanne Yoga – Fit im Alter	10:00-11:15 Uhr Raum 7 mit Helmut Yoga 2	10:40-12:10 Uhr NEU! Halle 1 mit Sabine Yoga & Pilates	10:00-11:30 Uhr Raum 6 mit Sabine Yoga – Fit im Alter	09:15-10:30 Uhr Raum 7 mit Ulrike Yoga 2	10:45-12:15 Uhr Halle 2 mit Kathrin Bodystyling
10:00-11:00 Uhr Halle 1 mit N.n. Pilates	11:00-12:15 Uhr NEU! Raum 6 mit Isa Bodyfit	16:00-17:30 Uhr Halle 3 mit René Lungensport	10:10-11:00 Uhr Halle 1 mit Shirley Zumba®	10:15-11:15 Uhr Halle 1 mit Susanne Pilates	10:45-12:00 Uhr Raum 6 mit ETB®-Team ETB®
10:00-11:00 Uhr NEU! Raum 6 mit Sabine Bauch-Beine-Po	17:30-18:30 Uhr NEU! Halle 2 mit Jutta Step & Style	17:00-18:00 Uhr Halle 1 mit Lisa Zumba® Step	11:15-13:45 Uhr Halle 1 mit Betreuung Tischtennis – Fit im Alter	11:15-12:15 Uhr Halle 1 mit Susanne Stretching	11:45-13:00 Uhr Halle 1 mit Helmut Yoga 2-3
16:00-17:00 Uhr NEU! Halle 1 mit Stefan Step Aerobic 1-2	17:30-18:30 Uhr Halle 1 mit Pamela EMP®	18:00-19:00 Uhr Halle 1 mit Irena Rückenfitness	17:45-19:00 Uhr Raum 7 mit Traudel Yoga 2	16:15-17:45 Uhr Raum 7 mit Ulli Yoga & Pilates	12:15-13:15 Uhr NEU! Halle 2 mit Lisa Zumba®
17:00-18:00 Uhr Halle 1 mit Birgit Step Aerobic 3	18:30-19:30 Uhr Halle 1 mit Pamela ETB®	18:15-19:30 Uhr Raum 7 mit Martina Yoga 1-2	18:15-19:30 Uhr Halle 1 mit N.n. Step Aerobic 2	17:30-18:30 Uhr NEU! Halle 1 mit Isa/Judith Energy Friday	16:00-17:00 Uhr Halle 1 mit Tony Dance Moves
18:00-19:00 Uhr Halle 1 mit Juliane Zumba®	18:30-19:30 Uhr Halle 2 mit Laurence Power Yoga 2	18:30-19:30 Uhr Halle 2 mit Amelie Bodyfit	18:30-19:30 Uhr Halle 2 mit Birgit Bodystyling	18:00-18:45 Uhr Halle 2 mit Stefan Step Basic	17:00-18:00 Uhr Halle 1 mit Tony Bauch-Beine-Po
18:00-19:15 Uhr Halle 2 mit Birgit Bauch-Beine-Rücken-Po	19:30-21:00 Uhr NEU! Halle 2 mit Marco Cardio & Style	19:00-20:00 Uhr Halle 1 mit Antje Stretching	19:15-20:15 Uhr NEU! Raum 6 mit Franziska Vinyasa Yoga 1-2	18:30-19:30 Uhr Halle 1 mit Nina Zumba®	
18:50-20:10 Uhr Raum 7 mit Antje Vinyasa Yoga 2	19:45-21:15 Uhr Raum 7 mit Amelie Yoga 2-3	19:30-20:30 Uhr Halle 2 mit Amelie Bauch-Beine-Po	19:30-20:30 Uhr Halle 2 mit Birgit Bauch-Beine-Rücken-Po	19:00-20:00 Uhr Raum 7 mit Noreen Hip Hop	
19:05-20:00 Uhr NEU! Halle 1 mit Christopher Vinyasa Yoga 1	20:15-21:30 Uhr Raum 6 mit Helmut Yoga 1	20:00-21:00 Uhr Halle 1 mit Antje Pilates	19:30-20:30 Uhr Halle 1 mit Birgit Pilates	19:00-20:30 Uhr NEU! Halle 2 mit Torben Mixed Team-Sports Zeitraum: November-März	
19:15-20:15 Uhr NEU! Halle 2 mit Isa Bodystyling		20:30-21:30 Uhr NEU! Halle 2 mit Shirley Zumba®	20:15-21:45 Uhr Raum 6 mit Christopher Ashtanga Yoga 2	SPORTPUNKT der FTG Frankfurt Marburger Str. 28 · 60487 Frankfurt info@ftg-frankfurt.de · www.ftg-frankfurt.de  1 Einsteiger 2 Mittelstufe 3 Fortgeschrittene Änderungen vorbehalten 	
20:00-21:00 Uhr Halle 1 mit Sandra Rückenfitness			20:30-21:30 Uhr Halle 2 mit Daniel Rückenfitness		
20:15-21:45 Uhr Raum 7 mit Antje Vinyasa Yoga 3					

