

Folgende Kurse finden ab Montag den 11.05.2020 auf der Sportfreianlage im RASPO-Sportpark an der Mercatorstr. 7 statt.

Montag	18.00 – 19.00	Kreative Fitnessgymnastik
	19.00 – 20.00	Bewegung und Spiel für Männer
	19.00 – 20.30	Wirbelsäulengymnastik
Dienstag	18.00 – 19.00	Bodyshaping
	18.00 – 19.30	Sportfechten
	19.00 – 20.00	Sport in der Stadt
Donnerstag	18.00 – 19.30	Sportfechten
	19.00 – 20.00	Gymnastik für Frauen
	20.00 – 21.00	Fitness & Power
Freitag	09.30 – 11.00	RASPO-Spezial
	15.00 – 16.00	Herzsport
	17.00 – 18.00	Aktiv 70 +

**Mitzubringen ist ein Badehandtuch und ein Kugelschreiber.**

**Bitte umgezogen zum Sport kommen, da wir keine Umkleiden und Duschen zur Verfügung stellen dürfen.**

**Die vorgegebenen Hygienevorschriften müssen strengstens eingehalten werden**