



TV Gescher *Online* Kurse



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
				7.30 - 8.30 Uhr Power-Yoga Ruth Pollmann 01511-2717240
		8.30 - 9.30 Uhr Morgengymnastik Ingrid Büger 01512-8942881	9.00 - 10.00 Uhr Ganzkörpertraining Sandra ter Duis 01525-6159969	
17.00 - 18.00 Uhr Power-Yoga Ruth Pollmann 01511-2717240				
18.30 - 19.30 Uhr Aktiver Wochenstart Ingrid Büger 01512-8942881		18.00 - 19.00 Uhr Bodyshape Sandra van Üüm 01578-5069821	18.00 - 19.00 Uhr Bodyshape Vera van Nuland 01575-8455848	
	19.00 - 20.00 Uhr Fit Mix Anke Pollmann 01523-3501690	19.00 - 20.00 Uhr Mit(wochs)-Fit(ness) Heike Nienhaus 0160-97603998	19.00 - 20.00 Uhr Fitness für Sie & Ihn Tanja Honken 0162-3876169	