

PROGRAMMÜBERSICHT

SPORT IM PARK 2022 19.07.-26.08.2022



1. WOCHE	UHRZEIT	MONTAG 18.07.	DIENSTAG 19.07.	MITTWOCH 20.07.	DONNERSTAG 21.07.	FREITAG 22.07.
	10:00 - 11:00		KINDERTURNEN 3-7 JAHRE			
	15:00 - 16:00				KINDERTURNEN 3-7 JAHRE	
	16:00 - 17:00		FIT KIDS	FIT KIDS		KINDERTURNEN 3-7 JAHRE
	17:45 - 18:00		OFFIZIELLE ERÖFFNUNG			
	18:00 - 19:00		ZUMBA® EINSTEIGER		ZUMBA® EINSTEIGER	POUND® SELBSTVER- TEIDIGUNG FÜR FRAUEN
	19:00 - 20:00		ZUMBA® FITNESS		ZUMBA® FITNESS	DISC GOLF FIT&FUNKY™

2. WOCHE	UHRZEIT	MONTAG 25.07.	DIENSTAG 26.07.	MITTWOCH 27.07.	DONNERSTAG 28.07.	FREITAG 29.07.
	10:00 - 11:00		KINDERTURNEN 3-7 JAHRE			
	15:00 - 16:00				JOLINCHEN	KINDERTURNEN 3-7 JAHRE
	16:00 - 17:00		FIT KIDS	FIT KIDS		
	18:00 - 19:00	POUND® SELBSTVER- TEIDIGUNG FÜR FRAUEN	ZUMBA® EINSTEIGER		ZUMBA® EINSTEIGER	POUND® SELBSTVER- TEIDIGUNG FÜR FRAUEN
	19:00 - 20:00	FIT&FUNKY™	ZUMBA® FITNESS	AROHA	ZUMBA® FITNESS	DISC GOLF FIT&FUNKY™

3. WOCHE	UHRZEIT	MONTAG 01.08.	DIENSTAG 02.08.	MITTWOCH 03.08.	DONNERSTAG 04.08.	FREITAG 05.08.	SAMSTAG 06.08.
	10:00 - 11:00		KINDERTURNEN 3-7 JAHRE	JOLINCHEN			KIN® - UND SPIKEBALL
	11:00 - 12:00						
	12:00 - 13:00						
	13:00 - 14:00						
	15:00 - 16:00					KINDERTURNEN 3-7 JAHRE	
	16:00 - 17:00		FIT KIDS		FIT KIDS		
	18:00 - 19:00	POUND® SELBSTVER- TEIDIGUNG FÜR FRAUEN	ZUMBA® EINSTEIGER		ZUMBA® EINSTEIGER	DISC GOLF	POUND® SELBSTVER- TEIDIGUNG FÜR FRAUEN
	19:00 - 20:00	FIT&FUNKY™	ZUMBA® FITNESS	AROHA	ZUMBA® FITNESS	DISC GOLF	FIT&FUNKY™

4. WOCHE	UHRZEIT	MONTAG 08.08.	DIENSTAG 09.08.	MITTWOCH 10.08.	DONNERSTAG 11.08.	FREITAG 12.08.	
	09:00 - 10:00		FASZIENPILATES ¹				
	10:00 - 11:00		YOGA ¹				
	16:30 - 17:00	KINDERTURNEN 3-7 JAHRE			KINDERTURNEN 3-7 JAHRE		
	17:00 - 17:30					CHEER- LEADING	
	17:30 - 18:00						
	18:00 - 18:30	POUND®	INTERVALL CC ¹	ZUMBA GOLD®	FASZIEN- PILATES ¹	DISC GOLF	THERA FIT ^{1,2}
	18:30 - 19:00						
	19:00 - 20:00	FIT&FUNKY™	AROHA	ZUMBA FITNESS®	YOGA ¹		INTERVALL CC ¹

5. WOCHE	UHRZEIT	MONTAG 15.08.	DIENSTAG 16.08.	MITTWOCH 17.08.	DONNERSTAG 18.08.	FREITAG 19.08.	
	09:00 - 10:00		FASZIENPILATES ¹				
	10:00 - 11:00		YOGA ¹				
	17:00 - 17:30						
	17:30 - 18:00					CHEER- LEADING	
	18:00 - 18:30		INTERVALL CC ¹	ZUMBA GOLD®	FASZIEN- PILATES ¹	DISC GOLF	THERA FIT ^{1,2}
	18:30 - 19:00						
	19:00 - 20:00		AROHA	ZUMBA FITNESS®	YOGA ¹		INTERVALL CC ¹

6. WOCHE	UHRZEIT	MONTAG 22.08.	DIENSTAG 23.08.	MITTWOCH 24.08.	DONNERSTAG 25.08.	FREITAG 26.08.
	17:00 - 17:30					
	17:30 - 18:00					CHEER- LEADING
	18:00 - 18:30		INTERVALL CC ¹	ZUMBA GOLD®	DISC GOLF	THERA FIT ^{1,2}
	18:30 - 19:00					
	19:00 - 20:00		AROHA	ZUMBA FITNESS®		INTERVALL CC ¹

¹ MATTE ODER DECKE, ² THERABAND

AKTUELLE INFOS HIER: www.iserlohn.de/sport - INSTAGRAM & FACEBOOK