



Programm Januar / Februar/ März 2017

Gymnastik und Qigong
im Gemeinschaftsraum der
Allgemeinen Deutschen Schiffszimmerer - Genossenschaft

Dienstags:
QIGONG mit Helga Rosebrock

Donnerstags:
GYMNASTIK mit Tatiana Friebus

Januar

Dienstag, 02. Januar 12:15 Uhr
Dienstag, 9. Januar 12:15 Uhr
Dienstag, 16. Januar 12:15 Uhr
Dienstag, 23. Januar 12:15 Uhr
Dienstag, 30. Januar 12:15 Uhr

Donnerstag, 04. Januar 09:15 Uhr
Donnerstag, 11. Januar 09:15 Uhr
Donnerstag, 18. Januar 09:15 Uhr
Donnerstag, 25. Januar 09:15 Uhr

FEBRUAR

Dienstag, 06. Februar 12:15 Uhr
Dienstag, 13. Februar 12:15 Uhr
Dienstag, 20. Februar 12:15 Uhr
Dienstag, 27. Februar 12:15 Uhr

Donnerstag, 01. Februar 09:15 Uhr
Donnerstag, 08. Februar 09:15 Uhr
Donnerstag, 15. Februar 09:15 Uhr
Donnerstag, 22. Februar 09:15 Uhr

MÄRZ

Dienstag, 06. März 12:15 Uhr
Dienstag, 13. März 12:15 Uhr
Dienstag, 20. März 12:15 Uhr
Dienstag, 27. März 12:15 Uhr

Donnerstag, 01. März 09:15 Uhr
Donnerstag, 08. März 09:15 Uhr
Donnerstag, 15. März 09:15 Uhr
Donnerstag, 22. März 09:15 Uhr
Donnerstag, 29. März 09:15 Uhr

Wir freuen uns auf Sie!

Programmänderungen vorbehalten