

Kursplan Fit & Gesund

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag
09:00 - 10:00 Uhr	08:00 - 08:45 Uhr		
Fit im Alter	Reha Sport		
10:00 - 11:00 Uhr	09:00 - 09:45 Uhr	17:00 - 17:45 Uhr	17:30 - 18:30
Zumba Gold	Reha Sport	Reha Sport	Zumba Gold
18:30 - 19:30 Uhr		18:00 - 19:00 Uhr	18:30 - 19:30 Uhr
Rücken Fit		Zumba	RückenFit
19:00 - 20:30 Uhr		19:00 - 20:00 Uhr	19:30 - 20:30 Uhr
Yoga		Bauch-Beine-Po	Step
19:30 - 20:30 Uhr		20:00 - 21:00 Uhr	
Zumba		Stretch & Relax	

Wilhelmine-Reichard-Schule, Zauckeroder Str. 4a, 01705 Freital

Weißeritzgymnasium Außenstelle, Johannisstraße 11, 01705 Freital -> Eingang über Jägerstraße

Geschäftsstelle, Dresdner Str. 233, 01705 Freital

Waldblick Oberschule, Waldblick 42, 01705 Freital