

Workshops in der TS 79

Mai - August 2017



Sa 27.5.17 Chinesische Heilgymnastik
10 – 12 Uhr • Loft • Barbara Lotz

Sa 24.6.17 Faszien in Bewegung - Pilates im Flow
10 – 12 Uhr • Loft • Tamara Sprinz

Mi 28.6.17 Mountainbike-Tour
18.15 – 20.15 Uhr • Parkplatz Gesundfit
Gaby Prezewowsky



Sa 1.7.17 Dancefeeling
13.30 – 15.30 Uhr • Aerobicraum
Barbara Beste

Mo + Di + Mi 17. + 18. + 19.7.17
Nordic Walking (Anfänger)
18 - 19.30 Uhr • Parkplatz Kombibad Paffrath
Barbara Beste



Mi 19.7. + 26.7. + 2.8.17
Yoga für Senioren (ab 65 Jahre)
17.45 – 18.45 Uhr • Wellnessraum
Gaby Büttendender

Do 27.7.17 Mountainbike-Tour
18.15 – 20.15 Uhr • Parkplatz Gesundfit
Gaby Prezewowsky



Mo 14.8.17 Mountainbike-Tour
18.15 – 20.15 Uhr • Parkplatz Gesundfit
Gaby Prezewowsky

Vorherige Anmeldung erforderlich.