

Pfingstferienplan der Abteilung Gymnastik/Gesundheitssport

Die Schulturnhallen sind in den Ferien geschlossen!

Folgende Stunden finden in der **1. Pfingstferienwoche vom 25.05. – 30.05.2026** im ESV-Vereinszentrum in der Hermann-Weinhauser Str. 7 statt:



Tag	Uhrzeit	Gruppe
Dienstag, 26.05.26	18.30 – 19.30	Easy Workout Online
	20.00 – 21.00	Skigymnastik
Mittwoch, 27.05.26	09.00 – 10.00	Nordic Walking
	09.00 – 10.00	Bodyfit
	10.00 – 11.00	Rücken- und Faszienfit
	16.45 – 18.00	DAYO Dance Yoga 50+
	19.00 – 20.00	Sie+Er Fitnessgymnastik
Donnerstag, 28.05.26	14.00 – 14.45	Sitzgymnastik
	15.00 – 16.00	Power Fit 50plus
	19.30 – 20.30	Mental Balance
Freitag, 29.05.26	09.00 – 10.00	Pilates
	10.00 – 11.00	Faszien und Mobility
	17.30 – 18.30	Easy Workout Online

Pfingstferienplan der Abteilung Gymnastik/Gesundheitssport

Die Schulturnhallen sind in den Ferien geschlossen!

Folgende Stunden finden in der **2. Pfingstferienwoche vom 01.06. – 06.06.2026** im ESV-Vereinszentrum in der Hermann-Weinhauser Str. 7 statt:



Tag	Uhrzeit	Gruppe
Montag, 01.06.26	10.00 – 11.00	Easy Workout Grupp1
	11.00 – 12.00	Easy Workout Grupp1
	17.00 – 18.00	Fatburning
	18.00 – 19.00	Step-Aerobic
Dienstag, 02.06.26	18.30 – 19.30	Easy Workout Online
	19.00 – 20.00	Strong Nation
	20.00 – 21.00	Skigymnastik
Mittwoch, 03.06.26	09.00 – 10.00	Nordic Walking
	09.00 – 10.00	Bodyfit
	10.00 – 11.00	Rücken- und Faszienfit
	16.45 – 18.00	DAYO Dance Yoga 50+
	19.00 – 20.00	Sie+Er Fitnessgymnastik
	20.15 – 21.30	Poweryoga für Männer & Frauen
Freitag, 05.06.26	09.00 – 10.00	Pilates
	10.00 – 11.00	Faszien und Mobility
	17.30 – 18.30	Easy Workout Online