

VOLKSHOCHSCHULE LIESING - ZWEIGSTELLE BG-ALT-ERLAA

1230 Wien, Anton Baumgartner-Straße 123 Tel.: 662 77 61

Bürozeiten: Montag - Freitag 17:00 - 20:30 Uhr



GYMNASTIK-CLUB-PROGRAMM

		18:15 - 19:30	19:30 - 20:45
MONTAG	TS 1	PILATES für Fortg. (Sonja Engl) 18:15 - 19:15	
	TS 2	BAUCH-BEIN-PO (Angela Tremmel)	
	TS 3		FUSSBALL (Thomas Reiberger) 
DIENSTAG	TS 1	WIRBELSÄULE (Angela Tremmel)	
	TS 2	BODYWORKOUT (Elisabeth Bredl)	 VOLLEYBALL für Fortg. (Robert Mitek)
	TS 3	YOGA (Sandra Einfalt)	
MITTWOCH	TS 1	AFRO DANCE (Theresa Griebenberger)	YOGA STRETCHING (Theresa Griebenberger)
	TS 2		BADMINTON (Fortg.) (Jörg Taborsky) 
	TS 3	BAUCH-BEIN-PO (Margarita Promper)	
DONNERS TAG	TS 1		
	TS 2		 VOLLEYBALL für Fortg. (Wolfgang Vorisek)
	TS 3		
FREITAG	TS 1		
	TS 2		
	TS 3		BADMINTON (Alexander Pfann) 