

Wochenendtermine der Abteilung Leichtathletik und Fitness  
der SG ZONS

Wochenendplan für September 2021					
Datum	Uhrzeit	Kurs	Trainer	Wo?	Zusatzinfo
Samstag, 04.09.2021	9:30 - 11:00 Uhr	Kraftsport für Frauen & Männer ab 16 Jahre	Klaus-Peter	Kraftraum	ACHTUNG! 3G-Nachweis vorzeigen (vollständig geimpft, genesen, getestet)
Sonntag, 05.09.2021	10:00 - 11:00 Uhr	Yoga	Alwin	Sportplatz	Bei schlechtem Wetter findet das Training in der Halle statt. ACHTUNG! 3G-Nachweis vorzeigen (vollständig geimpft, genesen, getestet)
Samstag, 11.09.2021	10:00 - 11:00 Uhr	Bauch, Beine, Po	Simone	Sportplatz	Bei schlechtem Wetter findet das Training in der Halle statt. ACHTUNG! 3G-Nachweis vorzeigen (vollständig geimpft, genesen, getestet)
Sonntag, 12.09.2021	10:00 - 11:00 Uhr	Yoga	Alwin	Sportplatz	Bei schlechtem Wetter findet das Training in der Halle statt. ACHTUNG! 3G-Nachweis vorzeigen (vollständig geimpft, genesen, getestet)
Samstag, 18.09.2021	10:00 - 11:00 Uhr	Ganzkörper Workout	Simone	Sportplatz	Bei schlechtem Wetter findet das Training in der Halle statt. ACHTUNG! 3G-Nachweis vorzeigen (vollständig geimpft, genesen, getestet)
Sonntag, 19.09.2021		kein Kurs			
Samstag, 25.09.2021	ca. 9:00 - 11:00 Uhr	kein Kurs	viele fleißige Hände	Sportplatz	"Aufräumen nach dem Nachtlauf" Helfer/Innen bitte bei Klaus-Peter melden
Sonntag, 26.09.2021	10:00 - 11:00 Uhr	Aerobic	Melanie	Online (Zoom)	<a href="https://us02web.zoom.us/j/84393137673?pwd=bXdGUHZE0HhGwVkfVRidDeCt0QT09">https://us02web.zoom.us/j/84393137673?pwd=bXdGUHZE0HhGwVkfVRidDeCt0QT09</a> Meeting-ID: 843 9313 7673 Kenncode: 261739