

Ausweichzeiten LA-FIT (Herbstferien - 2026)

Tag	Uhrzeit	Sportart	ÜL	Trainingsstätte
Montag	15:15 bis 16:45	Seniorenport	Volker	Kraft-Fitnessraum
	17:00 bis 19:30	Kraft/Fitnesstraining kein Bodyfit kein Leichtathletiktraining	Alwin	Kraft-Fitnessraum
Dienstag	17:00 bis 17:55	Yoga	Heidi	Kraft-Fitnessraum
	18:00 bis 18:55	Body-Workout Kein Walking Football	Simone	Kraft-Fitnessraum
Mittwoch	17:00 bis 19:30	Kraft/Fitnesstraining kein Yoga	Alwin	Kraft-Fitnessraum
Donnerstag		kein Kindertraining		
Freitag	17:00 bis 18:00	Kraft/Fitnesstraining	Natascha	Kraft-Fitnessraum
	18:05 bis 19:05	Fitness-Mix	Natascha	Kraft-Fitnessraum

Die Ausweichzeiten gelten nur für die Herbstferien. Es findet **kein Training in der Halle** statt. (Die Beleuchtung wird erneuert). Das Kinder- und Jugendtraining findet in den Ferien **nicht** statt. Ob Yoga am Sonntag (Alwin) stattfindet, wird kurzfristig mitgeteilt (Alwin). Alle anderen Kurse im Kraft- und Fitnessraum finden statt. **Die Zugangszeiten sind unbedingt einzuhalten!** Bitte beachten: wer am Dienstagsyoga teilnehmen möchte (die normalerweise nicht dabei sind) bitte eine WhatsApp an Heidi. (der Kraft- und Fitnessraum ist halt nicht so groß) Weiterhin ist zu beachten, dass während der Fitnesskurse im Kraft- und Fitnessraum kein Krafttraining parallel stattfinden kann. Falls Fragen: 02133/450180.