



KURSPLAN - JUNI 2025

 **6. Herzwoche Sachsen-Anhalt 16. bis 21. Juni - mit Anmeldung**

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
<p>17:00 - 18:30 Tai Chi & Qi Gong mit Andreas Lahn</p> <p>02.06. 16.06. 23.06. 30.06.</p>	<p>09:30 - 10:30 Yoga mit Gretl Kautzsch wöchentlich</p> <p>17:30 - 18:30 BAllance mit Anika Rothenbeck</p> <p>10.06. 17.06. 24.06.</p>	<p>17:00 - 18:30 Erlebnistanz Tanz Dich Fit mit Carola Lange</p> <p>04.06. 11.06. 25.06.</p>	<p>10:00 - 11:00 Flexibel & Fit mit Tina Ohnesorge</p> <p>05.06. 19.06. 26.06.</p>	<p>11:30 - 12:15 Aqua-Fitness</p> <p>06.06. 13.06. 20.06. 27.06.</p>	<p>11:00 - 12:00 Zirkeltraining mit Dominik Greue</p> <p>14.06.</p>
<p>17:00 - 18:00 Pilates mit Tina Ohnesorge</p> <p>16.06.</p>		<p>16:00 - 18:00 Vortrag Herzgesundheit mit Dr. V. Schröter</p> <p>18.06.</p>		<p>16:30 - 17:30 Zirkeltraining mit Dominik Greue</p> <p>20.06.</p>	
<p>18:00 - 19:00 Meditation mit Dominik Greue</p> <p>16.06. 30.06.</p>	<p>18:00 - 19:00 Hula-Hoop mit Tina Ohnesorge</p> <p>17.06.</p>	<p>18:00 - 18:45 Aqua-Fitness</p> <p>04.06. 11.06. 18.06. 25.06.</p>	<p>18:30 - 19:30 BauchBeinePo mit Tina Ohnesorge</p> <p>05.06. 19.06. 26.06.</p>	<p>17:30 - 19:00 Vortrag Herzgesunde Ernährung mit Krystina Schrade</p> <p>20.06.</p>	