



SV Obererbach e. V. - SPORTPROGRAMM

Alle Kurse werden in der Erbach-Halle durchgeführt!



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
17:00 – 18:00 Uhr		Bewegungsstunde mit Jonas 	Fit For Fun (50+) mit Irmgard 		
19:00 – 20:00 Uhr	Easy-Step mit Isa 	Gesundheits-/ Rückentraining mit Verena 	Intervall-/ Mobilitytraining mit Isa 		
20:00 – 21:00 Uhr	Power-Pump mit Isa 				