

# Sommerplan

## vom 19. 7. bis 4. 9. 2021

- **Schwimmhallenschließung**  
- 24. 7. bis 4. 9. 2021

- **Sommerpause (kein Übungsbetrieb) vom 9. 8. bis 14. 8. 2021**
- **Anmeldungen telefonisch unter 0341-2535043 möglich**

### Vormittag

#### Sportzentrum Höltystraße

##### Montag

- *Gymnastik* 09:30 - 10:15 Uhr
- *Fitness* 09:15 - 10:30 Uhr

##### Dienstag

- *Gymnastik* 09:00 - 09:45 Uhr  
10:00 - 10:45 Uhr
- *Fitness* 09:00 - 11:00 Uhr

##### Mittwoch

- *Gymnastik* 09:00 - 09:45 Uhr  
10:00 - 10:45 Uhr
- *Fitness* 09:00 - 11:00 Uhr

##### Donnerstag

- *Gymnastik* 09:00 - 09:45 Uhr  
10:00 - 10:45 Uhr
- *Fitness* 09:00 - 11:00 Uhr

#### Außenstelle Zentrum-SO

##### Freitag

- *Gymnastik auf dem Sportplatz*  
09:00 - 09:45 Uhr  
(kein Übungsbetrieb bei Starkregen)

### Nachmittag

#### Sportzentrum Höltystraße

##### Montag

- *Body-Fit* 17:30 - 18:15 Uhr  
18:30 - 19:15 Uhr
- *Fitness* 17:15 - 19:30 Uhr

##### Dienstag

- *Body-Fit* 17:30 - 18:15 Uhr  
18:30 - 19:15 Uhr
- *Fitness* 17:15 - 19:30 Uhr

##### Mittwoch

- *Body-Fit* 17:30 - 18:15 Uhr
- *Latin-Dance* 18:25 - 19:30 Uhr
- *Body-Fit* 19:35 - 20:20 Uhr
- *Fitness / mit Anleitung* 17:15 - 20:30 Uhr  
18:35 - 19:30 Uhr

##### Donnerstag

- *Body-Fit* 17:30 - 18:15 Uhr  
18:30 - 19:15 Uhr
- *Entsp.-Gym.* 19:30 - 20:15 Uhr
- *Fitness* 17:15 - 20:15 Uhr

##### Freitag

- *Body-Fit* 16:45 - 17:30 Uhr
- *Fam.-Badminton* 17:30 - 18:30 Uhr
- *Fitness / mit Anleitung* 16:30 - 18:30 Uhr  
17:30 - 18:30 Uhr

*Wir wünschen  
 euch schöne  
 und erholsame  
 Sommertage!*

„bit mit uns...  
...an Land und im Wasser“

**LESPORT**  
e.v.

