

# Unsere neuen Trainingszeiten ab **September 2023**

Ansprechpartner

**Thomas Arnold**

Geschäftsstelle

Telefon: 01 76 / 89 07 54 34

E-Mail: [planitzaktiv-ev@t-online.de](mailto:planitzaktiv-ev@t-online.de)

Internet: [www.planitz-aktiv.de](http://www.planitz-aktiv.de)

Das sind die individuellen Trainingsmöglichkeiten und Kurse, die unser Verein aktuell anbietet. Sowohl das Kursangebot als auch die Trainingszeiten können sich jederzeit ändern.

**Immer aktuell ist der Plan der Trainingsmöglichkeiten auf unserer Internetseite.**

Wir sind bestrebt, das Kursangebot für unsere Mitglieder ständig zu verbessern.



## Montag

10.00 – 12.00 Uhr

Gerätetraining, Balance  
Großsporthalle Neuplanitz

15.00 – 18.00 Uhr

Gerätetraining, Balance  
Großsporthalle Neuplanitz

## Dienstag

14.00 – 15.00 Uhr

Individuelles Schwimmen  
Glück-Auf-Schwimmhalle

## Mittwoch

08.30 – 11.00 Uhr

Gerätetraining, Balance  
Großsporthalle Neuplanitz

13.30 – 14.45 Uhr

Aqua-Fitness 2 Gruppen  
Glück-Auf-Schwimmhalle

15.30 – 18.30 Uhr

Gerätetraining, Balance  
Großsporthalle Neuplanitz

## Donnerstag

13.00 – 14.00 Uhr

Kurs Rückenschule / Pilates  
Großsporthalle Neuplanitz

## Freitag

08.30 – 11.00 Uhr

Gerätetraining, Balance  
Großsporthalle Neuplanitz

13.30 – 14.30 Uhr

Individuelles Schwimmen  
Glück-Auf-Schwimmhalle

## Besuche uns im Internet

Einfach QR-Code mit dem  
Smartphone scannen

