









# SV Obererbach e. V. - SPORTPROGRAMM

Alle Kurse werden in der Erbach-Halle durchgeführt!



	MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
17:00 – 18:00 Uhr		<b>Bewegungsstunde</b> mit Jonas & Team 	<b>Fit For Fun (50+)</b> mit Irmgard 		
18:30 – 19:00 Uhr			<b>Intervalltraining</b> mit Isa 		
19:00 – 20:00 Uhr	<b>Easy-Step</b> mit Isa 	<b>Gesundheits-/ Rückentraining</b> mit Verena 	<b>Yoga</b> mit Heidi 		
20:00 – 21:00 Uhr	<b>Power-Pump</b> mit Isa 