

## Trainingszeiten Sport- und Fitnessangebote für Erwachsene in der Turnsparte des SV-Wahlstedt

<b>Montag:</b>	19.00 – 20.00 Uhr	Fitness-Gymnastik, „40plus“ Turnhalle Neumünsterstr.
	20.00 – 21.45 Uhr	Jedermann-Sport f. Erwachsene Turnhalle Neumünsterstr.
<b>Dienstag:</b>	18.00 – 19.00 Uhr	Zumba-Fitness Turnhalle Neumünsterstraße
	19.00 – 20.00 Uhr	Yoga Turnhalle Neumünsterstraße
	19.00 – 20.00 Uhr	Muskelaufbautraining Sporthalle Scharnhorststr., Fitnessraum
<b>Mittwoch:</b>	19.00 – 20.00 Uhr	Muskelaufbautraining Sporthalle Scharnhorststr., Fitnessraum
<b>Donnerstag:</b>	18.30 – 19.30 Uhr	STRONG Nation Turnhalle Neumünsterstr.
	18.15 – 19.15 Uhr	Muskelaufbautraining Sporthalle Scharnhorststr., Fitnessraum
	19.30 – 20.30 Uhr	Fitness-Mix „60plus“ Turnhalle Neumünsterstr.
<b>Freitag:</b>	9.30 – 10.30 Uhr	Muskelaufbautraining - Sporthalle Scharnhorststr., Fitnessraum

**Zumba-Fitness Trainer:**

**Britta Oellers**

**Auskunft/Spartenleiter:**

**Britta Oellers**

**e-Mail: [turnen@sportverein-wahlstedt.de](mailto:turnen@sportverein-wahlstedt.de)**

