

# Turnprogramm Fun-Aerobic

	<u>Was trainieren wir?</u>	<u>Bemerkungen:</u>
Donnerstag, 23.02.23	Aerobic & Kraft	Martina
Donnerstag, 02.03.23	Aerobic & Spannung	Steffi
Donnerstag, 09.03.23	Aerobic & Beweglichkeit	Steffi
Donnerstag, 16.03.23	Aerobic & Akro	Martina
Donnerstag, 23.03.23	Aerobic & Balance	Steffi
Donnerstag, 30.03.23	Aerobic & Ausdauer	Martina
Donnerstag, 06.04.23	Aerobic & Getu	Martina
<b>Frühlingsferien</b>		
Donnerstag, 27.04.23	Grundschrutte	Céline & Samira
Donnerstag, 04.05.23	Aerobic & Beweglichkeit	Steffi & Samira
Donnerstag, 11.05.23	Aerobic & Balance	Céline
Donnerstag, 18.05.23	Kein Turnen	Auffahrt
Donnerstag, 25.05.23	Verschiedene Tänze	Céline & Samira
Donnerstag, 01.06.23	Geräteturnen	Martina & Samira
Donnerstag, 08.06.23	Kein Turnen	Fronleichnam
Donnerstag, 15.06.23	Kraftparcours	Céline & Samira
Donnerstag, 22.06.23	Aerobic & Balance	Steffi & Samira
Donnerstag, 29.06.23	Nur bei schön Wetter! MZH	besetzt (Martina & Samira)
Donnerstag, 06.07.23	Abschluss Special	Céline & Samira
<b>Sommerferien</b>		
Donnerstag, 17.08.23	Grundschrutte Aerobic	Viviane
Donnerstag, 24.08.23	Chore mit Reif	Céline
Donnerstag, 31.08.23	Choreo erlernen	Samira / Vanessa
Donnerstag, 07.09.23	Choreo erlernen	Samira / Vanessa
FR-SO, 08. – 10.09.23	Beizlifest	Obergösgen
Donnerstag, 14.09.23	Balance / Akro	Céline
Donnerstag, 21.09.23	Grundschrutte & Bodenturnen	Samira / Vanessa
Donnerstag, 28.09.23	Line Dance	Céline
<b>Herbstferien</b>		
Donnerstag, 26.10.23	Grundschrutte & Kraft	Samira / Vanessa

Trainingsort: MZH Obergösgen

Trainingszeit: 18:00 – 19:00 Uhr

**Céline Kuratli**  
078 911 76 85

**Martina Koch**  
079 734 87 58

**Stephanie Hüsler**  
079 784 09 12

**Melina Hurschler**  
078 744 36 63

**Samira Meier**  
079 758 56 88