

S MMERFERIENPLAN

8. Juli bis
18. Aug. 2010

KINDER

Eltern-Kind -Turnen und Kinder bis 5 Jahre

montags	15.00 – 16.00 Uhr	LÜTTKOPPEL 1
dienstags	10.15 – 11.15 Uhr	LÜTTKOPPEL 1
donnerstags	09.15 – 10.15 Uhr	LÜTTKOPPEL 1

Turnen ab 6 Jahre: Alles was Spaß macht

mittwochs	10.00 – 12.30 Uhr	NEUBERGERWEG 10
-----------	-------------------	-----------------

(nur an folgenden Tagen: 04., 11. und 18. August)

Großtrampolin ab 8 Jahre

samstags	9.30 – 12.00 Uhr	LÜTTKOPPEL 1
----------	------------------	--------------

(nur an folgenden Tagen: 31. Juli , 07. und 14. August)

Wir wünschen allen Mitgliedern eine tolle Ferienzeit!

Infos

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Turnen und Freizeit
Telefon 040 505718
www.sportclub1.de

Wir machen Euch fit!



S MMERFERIENPLAN

8. Juli bis
18. Aug. 2010

KINDER

Eltern-Kind -Turnen und Kinder bis 5 Jahre

montags	15.00 – 16.00 Uhr	LÜTTKOPPEL 1
dienstags	10.15 – 11.15 Uhr	LÜTTKOPPEL 1
donnerstags	09.15 – 10.15 Uhr	LÜTTKOPPEL 1

Turnen ab 6 Jahre: Alles was Spaß macht

mittwochs	10.00 – 12.30 Uhr	NEUBERGERWEG 10
-----------	-------------------	-----------------

(nur an folgenden Tagen: 04., 11. und 18. August)

Großtrampolin ab 8 Jahre

samstags	9.30 – 12.00 Uhr	LÜTTKOPPEL 1
----------	------------------	--------------

(nur an folgenden Tagen: 31. Juli , 07. und 14. August)

Wir wünschen allen Mitgliedern eine tolle Ferienzeit!

Infos

SC Alstertal-Langenhorn e.V.

Turnen und Freizeit
Telefon 040 505718
www.sportclub1.de

Wir machen Euch fit!



ERWACHSENE08. Juli bis
18. Aug. 2010**Fit und Fun**

montags 09.30 – 10.30 Uhr LÜTTKOPPEL 1

Rückengymnastik

montags 10.30 – 11.30 Uhr LÜTTKOPPEL 1
 montags 11.30 – 12.30 Uhr LÜTTKOPPEL 1
 dienstags 11.00 – 12.00 Uhr GEMEINDESAAL ST. LUKAS-KIRCHE,
 HUMMELSBÜTTELER KIRCHENWEG 3
 dienstags 12.00 – 13.00 Uhr GEMEINDESAAL ST. LUKAS-KIRCHE,
 HUMMELSBÜTTELER KIRCHENWEG 3

Gymnastik 50 plusmontags 09.30 – 10.45 Uhr GEMEINDESAAL ST. ANSGAR-KIRCHE
LANGENHORNER CH. 266**Yoga**

montags 18.45 – 20.00 Uhr LÜTTKOPPEL 1 IM JUGENDRAUM
 montags 20.00 – 21.15 Uhr LÜTTKOPPEL 1 IM JUGENDRAUM

Gymnastik für Frauen

dienstags 11.15 – 12.15 Uhr LÜTTKOPPEL 1

Power Fit und Fun

dienstags 20.15 – 21.15 Uhr SCHLEHDORNWEG 10
 freitags 18.45 – 20.15 Uhr SCHLEHDORNWEG 10

Gymnastik für Jedermann

donnerstags 10.15 – 11.15 Uhr LÜTTKOPPEL 1
 donnerstags 20.00 – 21.30 Uhr LÜTTKOPPEL 1

Nordic Walking

donnerstags 10.00 – 11.30 Uhr SPORTPLATZ BECKERMANNWEG 23

*Wir wünschen allen Mitgliedern
eine tolle Ferienzeit!*

**ERWACHSENE**08. Juli bis
18. Aug. 2010**Fit und Fun**

montags 09.30 – 10.30 Uhr LÜTTKOPPEL 1

Rückengymnastik

montags 10.30 – 11.30 Uhr LÜTTKOPPEL 1
 montags 11.30 – 12.30 Uhr LÜTTKOPPEL 1
 dienstags 11.00 – 12.00 Uhr GEMEINDESAAL ST. LUKAS-KIRCHE,
 HUMMELSBÜTTELER KIRCHENWEG 3
 dienstags 12.00 – 13.00 Uhr GEMEINDESAAL ST. LUKAS-KIRCHE,
 HUMMELSBÜTTELER KIRCHENWEG 3

Gymnastik 50 plusmontags 09.30 – 10.45 Uhr GEMEINDESAAL ST. ANSGAR-KIRCHE
LANGENHORNER CH. 266**Yoga**

montags 18.45 – 20.00 Uhr LÜTTKOPPEL 1 IM JUGENDRAUM
 montags 20.00 – 21.15 Uhr LÜTTKOPPEL 1 IM JUGENDRAUM

Gymnastik für Frauen

dienstags 11.15 – 12.15 Uhr LÜTTKOPPEL 1

Power Fit und Fun

dienstags 20.15 – 21.15 Uhr SCHLEHDORNWEG 10
 freitags 18.45 – 20.15 Uhr SCHLEHDORNWEG 10

Gymnastik für Jedermann

donnerstags 10.15 – 11.15 Uhr LÜTTKOPPEL 1
 donnerstags 20.00 – 21.30 Uhr LÜTTKOPPEL 1

Nordic Walking

donnerstags 10.00 – 11.30 Uhr SPORTPLATZ BECKERMANNWEG 23

*Wir wünschen allen Mitgliedern
eine tolle Ferienzeit!*

