**Turnprogramm**

"[Dieses Foto](https://www.sclera.be/en/picto/detail/19230)" von Unbekannter Autor ist lizenziert gemäß [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/3.0/)

 **Frauenriege**

 **August 2023 – Februar 2024**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Datum** | **Zeit** | **Programm** | **Ort** | **Wer leitet** |
| 17.08.2023 | 19.30 – 20.30 | **Velofahrt und im Kanal baden** | MZH | Alexandra |
| 24.08.2023 | 19.30 – 20.30 | **Ausdauer & Kraft** | MZH | Regula |
| 31.08.2023 | 19.30 – 20.30 | **Dance & Yoga** | MZH | Alexandra |
| 07.09.2023 | 19.30 – 20.30 | **Dekorieren Beizlifest** | MZH | Regula |
| 14.09.2023 | 19.30 – 20.30 | **Spiel** | MZH | Regula |
| 16./17.09.2023 | nach Ansage | **Turnerinnenreise** |
| 21.09.2023 | 19.30 – 20.30 | **Line Dance** | MZH | Andrea und Evi |
| 28.09.2023 | 19.30 – 20.30 | **Pilates** | MZH | Regula |
| **Herbstferien** |
| 26.10.2023 | 19.30 – 20.30 | **Parcours** | MZH | Regula |
| 02.11.2023 | 19.30 – 20.30 | **Hip Hop & Kraft** | MZH | Alexandra |
| 09.11.2023 | 19.30 – 20.30 | **Hip Hop & Yoga** | MZH | Alexandra |
| 16.11.2023 | 19.30 – 20.30 | **Koordination** | MZH | Regula |
| 23.11.2023 | 19.30 – 20.30 | **Salsa & Kraft** | MZH | Alexandra |
| 30.11.2023 | 19.30 – 20.30 | **Pilates** | MZH | Regula |
| 07.12.2023 | 19.30 – 20.30 | **Salsa & Yoga** | MZH | Alexandra |
| 14.12.2023 | nach Ansage | **Weihnachtsfeier** |
| **Weihnachtsferien** |
| 11.01.2024 | nach Ansage | **Fondue-Essen** |
| 18.01.2024 | 19.30 – 20.30 | **Gymnastik & Kraft** | MZH | Alexandra |
| 25.01.2024 | 19.30 – 20.30 | **Step & Kraft** | MZH | Regula |
| 01.02.2024 | 19.30 – 20.30 | **Gymnastik & Yoga** | MZH | Alexandra |
| **Sportferien** |
| 22.02.2024 | 19.30 – 20.30 | **Dance & Kaft** | MZH | Alexandra |

|  |  |
| --- | --- |
| **Alexandra Eigenmann****079 962 06 75** | **Regula Staufer****079 733 78 44** |