

Wintertraining 2019/20 im MRC

	<b>Montag</b>	<b>Dienstag</b>	<b>Mittwoch</b>	<b>Donnerstag</b>	<b>Freitag</b>	<b>Samstag</b>
<b>Sporthalle Gymnasium</b>	18.00-19.30 Uhr Training für Kinder und Jugendliche mit Korbinian Mayer		18.30-20.00 Uhr Fitness für alle wechselnde Trainer: Julia Mannherz, Bärbel Scheurich, Dörte Schmitz, Korbinian Mayer	10.00-11.30 Uhr Fitnesstraining für Masters mit Günter Hahn		8.30-10.00 Uhr Früher Vogel und so.. mit Katharina Menne-Beck und Gerry Betzwieser
<b>MRC- Kraftraum</b>	17.45-19.00 Uhr Ergo-Training für Erwachsene mit Peter Fertig	18.30 - 20.00 Uhr Ergo-Training für Erwachsene und Jugendliche mit Jonathan Ott			17.00-18.30 Uhr Trainingsmann- schaft (Kinder und JuniorInnen) mit Korbinian Mayer	