

Hamburger Schwimm-Club

Monika Rehfeld Mail: monika.rehfeld@hamburgersc.de

Frühjahrsferien 5.März bis 15. März 2018

In folgenden Gruppen finden normale Trainingsstunden statt

Schwimmlerner, Flöhe, Enten, Aqua-Jogging, Aqua Kreativ, Aqua 50Plus,
Aqua-Fitness (Di. 18.20), Aquatic Fitness Dienstag.

Wasserfitness erste Woche um 18.50 bis 19.35 Uhr

Aqua- Einsteiger: Beide Wochen um 18.20 Uhr.

Nur erste Woche Training

Muki und Mäuse, Aqua Balance

Wassergym. (Mi.), Gutes für den Rücken (Mi.), Aquatic Fitness (Mi.)

Trimmer Montags 20.45 - 21.30 Uhr fällt leider aus!

Liebe und sportliche Grüße

Monika