

# BELEGUNGSPLAN → DIENSTAG

## → KURSHALLE EULERSWEG

## → BUDOHALLE EULERSWEG

## → KURSRAUM SONNENWEG

7.30 – 8.30 Uhr Yoga vor dem Frühstück	17.00 – 18.00 Uhr JUDO Kinder – Anfänger & Fortgeschrittene	15.30 – 16.30 Uhr Reha Hüfte, Knie & Fuß
9.00 – 10.00 Uhr Rückenfit	18.15 – 19.30 Uhr JUDO Kinder – Anfänger & Fortgeschrittene	16.30 – 17.30 Uhr Physio-Workout
10.00 – 11.00 Uhr <span>NEU</span> LatroDanceFit	20.00 – 21.30 Uhr JU-JUTSU Erwachsene	17.30 – 18.30 Uhr Reha Rücken
15.15 – 16.15 Uhr Eltern & Kind Turnen (1 – 3 Jahre)		18.30 – 19.30 Uhr Step Advanced
16.15 – 17.15 Uhr Eltern & Kind Turnen (2 – 4 Jahre)		
17.30 – 18.30 Uhr Step Aerobic		
18.30 – 19.30 Uhr Bodyworkout Ballett		
19.30 – 20.45 Uhr Reha Herzsport		
21.00 – 22.00 Uhr Functional Fitness		

### Trainingsorte

Kurshalle Eulersweg – PTSV Aachen, Eulersweg 15, 52070 Aachen

Budohalle – PTSV Aachen, Eulersweg 15, 52070 Aachen

(Training nur barfuß möglich!)

Kursraum Sonnenweg – Sonnenweg 17a, 52070 Aachen

\*Kyudo Dojo – PTSV Aachen, Eulersweg 15, 52070 Aachen

Outdoor-Angebot, Treffpunkt Eulersweg

- Gesundheit
- Budo Erwachsene
- Outdoor
- Inklusives Angebot
- Kids
- Offenes Angebot
- Fitness