

Kurse und Gruppen außerhalb des ZAB-Zentrums

Mo	16:00 - 17:30	Koronarsport	Zentrum / Frauenstr. 19
Mo	16:30 - 18:00	Volkstanz Mittlere Stufe (FG)	Laim
Mo	17:00 - 19:00	Basketball für Jung und Alt	Haidhausen
Mo	17:30 - 19:00	Selbstverteidigung & Karate	Zentrum / Frauenstr. 19
Mo	17:45 - 18:45	Rückentraining als Rehasport	Zentrum / Frauenstr. 19
Mo	18:00 - 19:30	Volkstanz Fortgeschrittene	Laim
Mo	19:00 - 20:00	Ausgleichsgymnastik 55+	Oberföhring
Mo	20:00 - 21:00	Fitnessgymnastik	Oberföhring
Mo	20:30 - 22:00	Volleyball für Geübte	Oberföhring
Mo	20:00 - 22:00	Volleyball für Geübte	Haidhausen
Di	14:00 - 16:00	Kegeln 14-tägig	ASZ Altstadt
Di	16:00 - 17:00	Line - Tanz	Sendlinger Tor
Mi	09:00 - 09:45	Wassergymnastik	Ottobrunn
MI	09:45 - 10:30	Wassergymnastik	Ottobrunn
Mi	17:00 - 18:30	Koronarsport	Zentrum / Frauenstr. 19
Mi	20:00 - 21:30	Fitness Workout	Oberföhring
Do	14:00 - 15:00	Atem- und Bewegungstraining	Schwabing
So	13:30 - 17:00	Atemkreis	Neuhausen