

# Bewegungsangebot BGM an der HSU/UniBw H

Wochenplan ab 01.08.2022

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:00 - 09:00	TRX <i>Herr Rieck</i>	Schwimmen <i>Frau Perner</i>	AquaFit <i>Frau Perner</i>		
09:00 - 10:00	Gesundheitssport <i>Herr Rojahn</i>	AquaFit <i>Frau Perner</i>		Laftreff <i>Herr Rieck / Frau Perner</i>	
10:00 - 11:00				Gesundheitssport <i>Herr Rieck</i>	
11:00 - 12:00	RückenFit <i>Herr Rieck</i>		TRX <i>Herr Rieck</i>	Gesundheitssport <i>Herr Rieck</i>	
12:00 - 13:00					Schwimmen <i>Herr Rieck</i>
13:00 - 14:00		Nordic Walking <i>Frau Reinecke</i>			Schwimmen <i>Herr Rieck</i>
14:00 - 15:00		Yoga <i>Frau Saremi</i>			
15:00 - 16:00	KonFit <i>Herr Rieck</i>	Schwimmen <i>Herr Rieck</i>	RückenFit <i>Herr Rieck</i>		
16:00 - 17:00		Schwimmen <i>Herr Rieck</i>	Schwimmen <i>Herr Rieck</i>		

Stand: August 2022