

Freitag 31.3.2017 16.00 - 18.30 Uhr												
Zeit	GR1		GR2		GR3		GR4		GR5		GR6	
16.00-16.35 Uhr	Gehirntraining kombiniert mit Visualtraining (Samir Tanjo)	R2	Bewegungsmotivation nach ZRM (Susanne Rosenegger)	R3	Koordinationsparcours (Ralf Schmiede)	FR	Laufen nach Feldenkrais (Irene Schroll)		Spiraldynamik (Irmir Kaindl) Ausgleichsübungen am AP	R4	Alltagsworkout (Sylvia Winter)	Gym
16.45-17.20 Uhr	Bewegungsmotivation nach ZRM (Susanne Rosenegger)	R3	Koordinationsparcours (Ralf Schmiede)	FR	Gehirntraining kombiniert mit Visualtraining (Samir Tanjo)	R2	Alltagsworkout (Sylvia Winter)	Gym	Laufen nach Feldenkrais (Irene Schroll)		Spiraldynamik (Irmir Kaindl) Ausgleichsübungen am AP	R4
17.30-18.05 Uhr	Koordinationsparcours (Ralf Schmiede)	FR	Gehirntraining kombiniert mit Visualtraining (Samir Tanjo)	R2	Bewegungsmotivation nach ZRM (Susanne Rosenegger)	R3	Spiraldynamik (Irmir Kaindl) Ausgleichsübungen am AP	R4	Alltagsworkout (Sylvia Winter)	Gym	Laufen nach Feldenkrais (Irene Schroll)	