



**JUKUZ**  
Sport & Bewegung

# SPORTPROGRAMM JT „HOCKSTRASSE“

## JULI 2023

Datum	Zeit	Was?	Trainer
Mo 03.07.23	17 – 20	Fitnessstraining ab 14 Jahren	Artur
Di 04.07.23	18 – 20	Fitness ONLY GIRLS	Heike / Jana
Mi 05.07.23	17 – 20	Fitnessstraining ab 14 Jahren	Egor
Do 06.07.23	18 – 20	Fitness ONLY GIRLS	Jana / Heike
Fr 07.07.23	17 – 20	Fitnessstraining ab 14 Jahren	Egor
Mo 10.07.23	17 – 20	Fitnessstraining ab 14 Jahren	Artur
Di 11.07.23	18 – 20	Fitness ONLY GIRLS	Heike / Jana
Mi 12.07.23	17 – 20	Fitnessstraining ab 14 Jahren	Egor
Do 13.07.23	18 – 20	Fitness ONLY GIRLS	Jana / Heike
<b>Fr 14.07.23</b>	<b>17 – 20</b>	<b>Fitnessstraining ab 14 Jahren</b>	<b>entfällt</b>
Mo 17.07.23	17 – 20	Fitnessstraining ab 14 Jahren	Artur
Di 18.07.23	18 – 20	Fitness ONLY GIRLS	Heike / Jana
Mi 19.07.23	17 – 20	Fitnessstraining ab 14 Jahren	Egor
Do 20.07.23	18 – 20	Fitness ONLY GIRLS	Jana / Heike
Fr 21.07.23	17 – 20	Fitnessstraining ab 14 Jahren	Egor
Mo 24.07.23	17 – 20	Fitnessstraining ab 14 Jahren	Artur
Di 25.07.23	18 – 20	Fitness ONLY GIRLS	Heike / Jana
<b>Mi 26.07.23</b>	<b>17 – 20</b>	<b>Fitnessstraining ab 14 Jahren</b>	<b>entfällt</b>
Do 27.07.23	18 – 20	Fitness ONLY GIRLS	Jana / Heike
Fr 28.07.23	17 – 20	Fitnessstraining ab 14 Jahren	Egor

**Der Fitnessraum macht Sommerferien!!!**  
**Wir sind ab Dienstag 12. September wieder für euch da😊😊😊**

Sabine Rothenstein, [stadtteiljugendtreffs@jukuz.de](mailto:stadtteiljugendtreffs@jukuz.de) oder Telefon 06021-313145

Homepage JUKUZ <http://www.jukuz.de/freizeit-und-bildung/sport-und-bewegung/fitness-2/>