

# get stronger! Week

## PROGRAMM

07.09.-13.09.2024 Aldiana Club Fuerteventura

Samstag den 07.09. geht es los. Die große Präsentation der Sportler um 21h30 auf der Poolbühne, sei dabei und erfahre alles über die Trainer und Ihre unterschiedlichen Kurse

ZEIT	SONNTAG, 08.09.	MONTAG, 09.09.	DIENSTAG, 10.09.	MITTWOCH, 11.09.	DONNERSTAG, 12.09.	FREITAG, 13.09.
08:00 Uhr			<b>Morning Run</b> Anna Hahner	<b>Morning Run</b> Anna Hahner	<b>Morning Run</b> Anna Hahner	<b>Morning Run</b> Anna Hahner
8:30 Uhr	<b>Hatha Yoga</b> Ania Tippkemper	<b>Morning Stretch</b> Ania Tippkemper	<b>Vinyasa Flow Yoga</b> Ania Tippkemper	<b>Mobility Yoga Flow</b> Ania Tippkemper		<b>Best of Yoga</b> Ania Tippkemper
9:30 Uhr			<b>Cycling</b> Denise Schindler	<b>Cycling</b> Denise Schindler	<b>Cycling</b> Denise Schindler	<b>Cycling</b> Denise Schindler
10:00 Uhr	<b>Power Workout</b> Pati Daros	<b>Power Workout</b> Pati Daros		<b>Power Workout</b> Pati Daros	<b>Power Workout</b> Pati Daros	<b>Power Workout</b> Pati Daros
10:15 Uhr	<b>Tennistreff</b> Karsten Braasch & Nicola Geuer	<b>Tennistreff</b> Karsten Braasch & Nicola Geuer				
10:30 Uhr	<b>Beachvolleyball</b> Daniel Stephan	<b>Beachvolleyball</b> Daniel Stephan		<b>Beachvolleyball</b> Daniel Stephan	<b>Beachvolleyball</b> Daniel Stephan	<b>Beachvolleyball</b> Daniel Stephan
11:15	<b>Fechten</b> Monika Sozanska Treff 11h00	<b>Fechten</b> Monika Sozanska Treff 11h00		<b>Fechten</b> Monika Sozanska Treff 11h00	<b>Fechten</b> Monika Sozanska Treff 11h00	<b>Fechten</b> Monika Sozanska Treff 11h00
12:00 Uhr	<b>Interview mit Sportlern</b>	<b>Pool Aktion</b> Daniel Stephan	<b>Interview</b> Detlef D! Soost	<b>Fußball Aktion</b> Patrick Owomoyela & Hans Sarpei		<b>Abschluss-Aktion</b>
15:00 Uhr		<b>Tanz dich fit</b> Detlef D! Soost	<b>Tanz dich fit</b> Detlef D! Soost	<b>Tanz dich fit</b> Detlef D! Soost	<b>Tanz dich fit</b> Detlef D! Soost	
16:30 Uhr	<b>Fußball</b> Patrick Owomoyela & Hans Sarpei	<b>Fußball Turnier</b> Patrick Owomoyela & Hans Sarpei				
18:00 Uhr	<b>Tanzkurs</b> Joachim Llambi	<b>Tanzkurs</b> Joachim Llambi	<b>Tanzkurs</b> Malika & Zsolt	<b>Tanzkurs</b> Malika & Zsolt	<b>Tanzkurs</b> Malika & Zsolt	<b>Tanzkurs</b> Malika & Zsolt <b>(17h45)</b>