

Kursübersicht

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:30 - 09:30 Uhr Fit in die Woche Spiegelraum Michi, Carina	08:15 - 09:15 Uhr Antara Spiegelraum Michi, Carina	08:15 - 09:15 Uhr Kardio Fit Fitnessstudio Michi, Carina		08:30 - 09:30 Uhr Kardio Fit Fitnessstudio Hermann
	09:15 - 10:15 Uhr Kardio Fit Fitnessstudio Kalli	10:00 - 10:45 Uhr Rehasport Spiegelraum Michi		
09:30 - 10:30 Uhr Antara 50+ Spiegelraum Michi, Carina	09:30 - 10:30 Uhr Antara Spiegelraum Michi, Carina	11:00 - 11:45 Uhr Rehasport Spiegelraum Michi		
		15:00 - 16:00 Uhr Kinder Leichtathletik Halle D / Platz Brita		14:00 - 15:00 Uhr Antara Rücken Spiegelraum Anke
15:00 - 16:00 Uhr Kinderturnen 4-6 J. Halle ABC Angelika, Carina	15:00 - 16:15 Uhr Turnen extra Halle ABC Michi, Carina	15:00 - 16:00 Uhr Dance4Kids I Spiegelraum Michi	15:00 - 16:00 Uhr Kinderturnen 5-8 J. Halle ABC Angelika, Carina	
		16:00 - 17:00 Uhr Dance4Kids II Spiegelraum Michi		
16:00 - 17:00 Uhr Turnen Eltern/Kind Halle ABC Angelika, Carina	16:30 - 18:00 Uhr Judo ab 7 J. Halle E Hans-Georg		16:00 - 17:00 Uhr Turnen Eltern/Kind Halle ABC Angelika, Carina	
	16:45 - 17:45 Uhr Antara Spiegelraum Anke	17:00 - 18:10 Uhr Ninja Parcours Halle D Carina		
17:15 - 18:15 Uhr Antara Spiegelraum Michi	17:45 - 18:45 Uhr Antara Spiegelraum Anke	17:15 - 18:15 Uhr Antara Spiegelraum Anke	17:45 - 18:45 Uhr Stretching Spiegelraum Anke	
17:15 - 18:15 Uhr Zumba Halle E Franzi	17:45 - 19:15 Uhr Crossover Halle D Benny, Andre	17:30 - 18:15 Uhr Rehasport Halle E Michi		
		18:15 - 19:15 Uhr Kardio Fit Fitnessstudio Carina	18:00 - 19:00 Uhr Strong Nation Halle E Franzi	
		18:15 - 19:15 Uhr aktiv und vital Halle D Steffi	18:00 - 19:00 Uhr 50+ Halle D Michi	
		18:30 - 19:30 Uhr Dance4Teens Spiegelraum Carina S.		
19:00 - 20:00 Uhr Kardio Fit Fitnessstudio Michi, Carina	19:00 - 20:00 Uhr Fit-Gym Spiegelraum Angelika	19:00 - 21:00 Uhr Trimm Dich Sen. Herren Halle C Hermann	19:00 - 20:00 Uhr Kardio Fit Fitnessstudio Anke	
19:00 - 21:00 Uhr Laufgruppe Sportplatz / Halle C Hermann		19:30 - 20:30 Uhr Antara Spiegelraum Anke	19:30 - 20:30 Uhr Antara Spiegelraum Michi	
19:00 - 20:00 Uhr Bootcamp Spiegelraum Steffi		19:30 - 20:30 Uhr Fit & Gesund Halle D Steffi		