

Trainings- und Kursplan

Zeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
14:30					
15:00		Mutter-Kind-Turnen 0 - 3 Jahre Sporthalle 15:00 Uhr Sandra G.			
15:30					
16:00		Turn-Kids 4 - 6 Jahre Sporthalle 16:00 Uhr Sandra G.			
16:30					
17:00					
17:30				Kids Aerobic ab 7 Jahre Sportlerheim 17:30 Uhr 18:30 Uhr Stefanie	Women's Weekend Workout Sportlerheim 17:30 Uhr 18:30 Uhr Stefanie
18:00	Yoga Sportlerheim 17:30 Uhr 19:00 Uhr Monika		BBRP Sportlerheim 17:30 Uhr 18:30 Uhr Alina		
18:15			Zumba Sporthalle 18:00 Uhr 19:00 Uhr Solveigh	Pilates Dörpshuus / Sportlerheim 18:00 Uhr 19:00 Uhr Sandra K.	
18:30		Zumba Sporthalle 18:30 Uhr 19:30 Uhr Solveigh		Fitness Step Sporthalle 18:15 Uhr 19:15 Uhr Christine <u>ungerade</u> <u>Wochen</u>	
18:45		Pilates Dörpshuus 18:45 Uhr 19:45 Uhr Sandra K.	Hatha Yoga Sportlerheim 18:30 Uhr 20:00 Uhr Alina		
19:00			Step Aerobic Sporthalle 19:00 Uhr 20:00 Uhr Stefanie <u>gerade</u> <u>Wochen</u>	Männer-Fit Sportlerheim 19:00 Uhr 20:00 Uhr Christiane	
19:15					
19:30					
19:45					
20:00					
20:15			Tischtennis Sporthalle 20:00 Uhr Victor	Volleyball Sporthalle 20:00 Uhr Astrid	Tischtennis Sporthalle 19:30 Uhr Victor
20:30					
21:00					
21:30					
22:00					