

Übersicht der Sportangebote

Ort	Tag	Uhrzeit	Sportangebot	Trainer	Bei Regen in einer Halle
Frühsporplatz	Montag	10:00-11:00	Senioren 1	Anke	*
Frühsporplatz	Montag	14:00-15:00	Bodyfit	Ute	
Halle 2	Montag	15:00-16:00	Rückenfit 50+	Susanne Mesloh	
Halle 2	Montag	16:00-17:30	FrauenFit ab 60 J	Susanne Mesloh	
Halle 2	Montag	18:00-19:00	Mobility&Stretch	Anke	
Unter den Eichen	Montag	18:00-19:00	Selbstverteidigung	Jessica + Markus	*
Volleyballplatz	Montag	18:30-19:30	Bodyworkout	Birgit	*
Weitsprungplatz	Montag	19:00-20:00	Zumba	Annett	*
Frühsporplatz	Montag	19:45-21:15	Frauengymnastik	Susanne Nussberger	
Unter den Eichen	Dienstag	10:30-11:15	Bauchtanz 50+	Susannya	*
Frühsporplatz	Dienstag	16:00-17:00	Bewegung für (Wieder)Einsteiger	Ute + Christa	*
Frühsporplatz	Dienstag	17:00-18:00	Bauch-Beine-Po	Jessi	*
Frühsporplatz	Dienstag	18:00-19:00	Functional Training für Fitte	Jessi	*
Halle 1	Dienstag	19:00-20:30	Koordination + Kondition	Jessica + Markus	*
Kugelstoßanlage	Dienstag	18:00-20:00	Sportabzeichentreff	Michael	
Weitsprungplatz	Dienstag	18:00-20:00	Sportabzeichentreff	Vera	
Halle 1 oder 2	Dienstag	19:45-21:15	Tribal Fusion	Nina	
Frühsporplatz	Mittwoch	10:00-11:00	Bodyfit	Anke + Nicole	*
Unter den Eichen (mit Stühlen)	Mittwoch	10:00-11:00	Sitzgymnastik	Christiane	*
Tartanplatz gesamt	Mittwoch	14:00-15:30	Tanz "Best Agers"	Geraldine	*
Unter den Eichen	Mittwoch	17:00-18:00	Intervall	Anke	*
Unter den Eichen	Mittwoch	18:00-19:00	Qi Gong	Christiane	*
Frühsporplatz	Mittwoch	18:00-19:00	Bauchtanz A	Mara	*
Halle 2	Mittwoch	18:15-19:15	Bodyfit	Anke	
Unter den Eichen	Mittwoch	19:00-20:00	Bauchtanz F	Mara	*
Frühsporplatz	Donnerstag	10:00-11:00	Senioren 2	Beate	*
Halle 1 oder 2	Donnerstag	16:00-17:00	Senioren	Gabi	
Unter den Eichen	Donnerstag	17:00-18:00	Aroha	Kerstin + Susanne	*
Frühsporplatz	Donnerstag	17:00-18:00	Bodyfit	Nicole	*
Frühsporplatz	Donnerstag	18:00-19:00	Rückenfit	Anke	*
Unter den Eichen	Donnerstag	18:00-19:15	El Amar	Mara	*
Frühsporplatz	Donnerstag	19:00-20:30	Gymnastik für Jedermann	Christiane/Andrea	*
Unter den Eichen	Freitag	09:00-10:00	Qi Gong	Christiane	*
Unter den Eichen	Freitag	17:00-18:00	Bodyworkout	wechselnd	*
Halle 2	Freitag	18:15-19:15	Rückenfit	Anke	
Unter den Eichen	Freitag	19:00-20:00	Fitnessgymnastik für Frauen	Christiane	*

Achtung!

Das Angebot unterliegt einer ständigen Anpassung/Veränderung bis 12.09.21
Aktueller Aushang an der Pinwand vor dem Studio

gültig bis 31.07.2021