

WOCHENÜBERSICHT KURSE

MONTAG

8.30 - 9.00 Uhr
TABATA

15.15 - 16.00 Uhr
YOGA FÜR KIDS

17.00 - 18.30 Uhr
FITNESS &
SELBSTVERTEIL.

17.30 - 18.20 Uhr
BÄLLE &
TURNEN KIDS

17.30 - 19.00 Uhr
BASKETBALL

18.00 - 19.30 Uhr
RÜCKENSCHULE

18.00 - 20.00 Uhr
BADMINTON
LINDEN

18.00 - 19.55 Uhr
BADMINTON
MONTAG

18.30 - 20.00 Uhr
SALSA CUBANA

18.40 - 19.40 Uhr
PILATES NORD

19.45 - 21.00 Uhr
HATHA YOGA

20.15 - 21.45 Uhr
SALSA CUBANA

20.00 - 22.00 Uhr
VOLLEYBALL

DIENSTAG

9.45 - 10.45 Uhr
YOGLATES DI

11.05 - 12.20 Uhr
ZUMBA®GOLD

18.00 - 20.00 Uhr
TANZ TOTAL
STRESSFREI

18.15 - 19.45 Uhr
KRAFT & FITNESS
HAINHOLZ

18.20 - 19.50 Uhr
KRAFT &
FITNESS LINDEN

19.30 - 21.00 Uhr
YIN & YANG
YOGA

20.00 - 22.00 Uhr
FUSSBALL

20.00 - 22.00 Uhr
BADMINTON
UND MEHR

20.00 - 22.00 Uhr
TANZ TOTAL
DI SPÄT

20.05 - 21.05 Uhr
PILATES
RÜCKEN

MITTWOCH

17.00 - 18.15 Uhr
TRILACHI®

17.30 - 19.00 Uhr
RÜCKENSCHULE

18.00 - 18.30 Uhr
STRESS- +
FETTBURNER

18.35 - 19.35 Uhr
FITNESS +
ENTSPANNUNG

18.30 - 20.00 Uhr
FITNESS &
YOGILATES

19.00 - 21.00 Uhr
SPOKUSA-CHOR

19.15 - 20.30 Uhr
HATHA YOGA MI

19.00 - 21.00 Uhr
SOLO LINDY
HOP

19.30 - 22.00 Uhr
VOLLEYBALL
LOS ALIMENTOS

20.00 - 22.00 Uhr
BASKETBALL-
FREIZEITGR.

DONNERSTAG

8.00 - 9.15 Uhr
HATHA YOGA
STÄRKT

10.00 - 11.00 Uhr
QIGONG

11.30 - 12.30 Uhr
YOGLATES DO

17.00 - 18.10 Uhr
ZUMBA®

18.20 - 19.45 Uhr
ZUMBA®-
SALSATION®MIX

18.30 - 20.00 Uhr
IMPRO-TANZ

19.00 - 20.30 Uhr
VINYASA YOGA
FLOW

20.00 - 21.30 Uhr
PHYSICAL
TRAINING

20.00 - 22.00 Uhr
WAS TUN!
VOLLEYBALL

20.00 - 22.00 Uhr
TANZ TOTAL
DONNERSTAGS

20.30 - 21.30 Uhr
PILATES

20.30 - 22.00 Uhr
BASKETBALL-
SPIELGRUPPE

FREITAG

9.30 - 10.30 Uhr
TÄNZERISCHE
FITNESS

10.45 - 11.45 Uhr
RÜCKEN FIT
JUNG BIS ALT

15.15 - 16.00 Uhr
KINDERTANZEN 1

16.05 - 16.50 Uhr
KINDERTANZEN 2

17.00 - 17.45 Uhr
VIDEO CLIP
DANCNG

17.00 - 18.30 Uhr
YOGA FÜR DEN
RÜCKEN

18.00 - 20.00 Uhr
FREITAG-
BADMINTON

**SONN-
TAG**

18.00 - 20.00 Uhr
TANZ TOTAL
BÜSCHU

18.00 - 20.00 Uhr
TANZ TOTAL
CALLIN EINS

20.00 - 22.00 Uhr
TANZ TOTAL
CALLIN ZWEI

20.10 - 21.40 Uhr
AUFFRISCHUNG
TANZEN