

MONTAG

8.30 - 9.00 Uhr **TABATA** S. 25

9.00 - 10.15 Uhr S. 22
WIRBELSÄULENGYMN. 55+

15.30 - 16.30 Uhr S. 21
ELTERN / KIND - YOGA

16.45 - 17.40 Uhr S. 33
BÄLLE & TURNEN

17.00 - 18.15 Uhr S. 28
FIT UND DRAUSSEN

17.00 - 18.30 Uhr S. 34
VOLLEYBALL JUGENDLICHE

17.30 - 19.00 Uhr S. 14
BASKETBALL MO

18.00 - 19.30 Uhr S. 22
RÜCKENSCHULE NORD MO

18.00 - 19.55 Uhr S. 12
BADMINTON MONTAG

18.00 - 20.00 Uhr S. 13
BADMINTON LINDEN

18.30 - 20.00 Uhr S. 38
SALSA CUBANA 2

18.30 - 20.30 Uhr S. 41
TANZEN 3

18.35 - 19.55 Uhr S. 29
ROLLSCHUHLAUFEN FRÜH

19.45 - 21.00 Uhr S. 18
HATHA YOGA MONTAG

20.00 - 22.00 Uhr S. 15
VOLLEYBALL

20.00 - 22.00 Uhr S. 29
ROLLSCHUHLAUFEN SPÄT

20.15 - 21.45 Uhr S. 38
SALSA CUBANA 1

DIENSTAG

9.45 - 10.45 h **YOGALATES DI** S. 23

11.05 - 12.20 Uhr S. 37
ZUMBA®GOLD

16.30 - 17.45 Uhr S. 18
HATHA YOGA DIENSTAG

18.00 - 20.00 Uhr S. 43
TANZ TOTAL STRESSFREI

18.15 - 19.45 Uhr S. 24
KRAFT & FITNESS HAINHOLZ

18.25 - 19.55 Uhr S. 24
KRAFT & FITNESS LINDEN

19.00 - 20.00 Uhr S. 29
STRETCHING & MOBILITÄT

19.30 - 21.00 Uhr S. 21
YIN & YANG YOGA

20.00 - 21.30 Uhr S. 23
PILATES RÜCKEN

20.00 - 22.00 h S. 15
FUSSBALL

20.00 - 22.00 Uhr S. 13
BADMINTON UND MEHR

20.00 - 22.00 Uhr S. 43
TANZ TOTAL DI SPÄT

MITTWOCH

9.30 - 10.30 Uhr S. 35
TÄNZERISCHE FITNESS

17.00 - 18.15 Uhr S. 16
TRILOCHI®

17.30 - 19.00 Uhr S. 22
RÜCKENSCHULE LIST MI

18.00 - 18.45 Uhr S. 25
STRESS- UND FETTBURNER

18.30 - 20.00 Uhr S. 17
CHIN. SELBSTVERTEID.-KUNST

18.30 - 20.00 Uhr S. 40
LINDY HOP 3

19.00 - 21.00 Uhr S. 31
SPOKUSA-CHOR

19.30 - 22.00 Uhr S. 15
VOLLEYBALL LOS ALIMENTOS

20.00 - 22.00 Uhr S. 14
BASKETBALL-FREIZEITGRUPPE

20.15 - 21.45 Uhr S. 39
LINDY HOP (Fuß)VARIATIONEN

DONNERSTAG

8.00 - 9.15 Uhr S. 18
HATHA YOGA STÄRKT

10.00 - 11.00 Uhr S. 17
QIGONG

15.00 - 16.15 Uhr S. 28
KRAFT UND ACHTSAMKEIT

17.00 - 18.10 Uhr S. 36
ZUMBA®

18.20 - 19.45 Uhr S. 36
ZUMBA®-SALSATION®MIX

19.00 - 20.15 Uhr S. 20
VINYASA YOGA FLOW

20.00 - 21.30 Uhr S. 25
PHYSICAL TRAINING

20.00 - 22.00 Uhr S. 14
WAS TUN! VOLLEYBALL

20.00 - 22.00 Uhr S. 44
TANZ TOTAL DONNERSTAGS

20.00 - 22.00 Uhr S. 13
BASKETBALL-SPIELGRUPPE

20.20 - 21.35 Uhr S. 23
PILATES CALENBERGER

20.00 - 21.15 Uhr S. 20
YIN YOGA

FREITAG

9.30 - 10.30 Uhr S. 35
TÄNZERISCHE FITNESS

15.15 - 16.00 Uhr S. 33
KINDERTANZEN 1

16.05 - 16.50 Uhr S. 33
KINDERTANZEN 2

17.00 - 17.45 Uhr S. 34
VIDEO CLIP DANCNG

17.00 - 18.30 Uhr S. 21
YOGA FÜR DEN RÜCKEN

18.00 - 20.00 Uhr S. 13
FREITAG-BADMINTON

18.15 - 19.45 Uhr S. 40
TANZEN 1

SONNTAG

18.00 - 20.00 Uhr S. 44
TANZ TOTAL BÜSCHU

18.00 - 20.00 Uhr S. 43
TANZ TOTAL CALLIN EINS

20.00 - 21.45 Uhr S. 42
TANZEN 5

20.00 - 22.00 Uhr S. 44
TANZ TOTAL CALLIN ZWEI