

# WOCHENÜBERSICHT KURSE

## MONTAG

15.15 - 16.00 Uhr  
YOGA FÜR KIDS

16.30 - 17.30 Uhr  
ZUMBA®GOLD

17.00 - 18.30 Uhr  
FITNESS &  
SELBSTVERTEIL.

17.30 - 19.00 Uhr  
BASKETBALL

17.30 - 18.20 Uhr  
BÄLLE &  
TURNEN KIDS

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

20.00 - 21.30 Uhr  
SALSA CUBANA

20.00 - 22.00 Uhr  
VOLLEYBALL

9.45 - 10.45 Uhr  
YOGILATES DI

11.05 - 12.20 Uhr  
ZUMBA®GOLD

16.30 - 17.30 Uhr  
TAI CHI

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

17.00 - 18.15 Uhr  
TRILOCHI®

17.30 - 19.00 Uhr  
RÜCKENSCHULE

18.30 - 20.00 Uhr  
FITNESS &  
YOGILATES

19.00 - 21.00 Uhr  
SPOKUSA-CHOR

19.15 - 20.30 Uhr  
HATHA YOGA MI

19.30 - 21.30 Uhr  
SOLO LINDY  
HOP

19.30 - 22.00 Uhr  
VOLLEYBALL  
LOS ALIMENTOS

20.00 - 22.00 Uhr  
BASKETBALL-  
FREIZEITGR.

8.00 - 9.15 Uhr  
HATHA YOGA  
STÄRKT

10.00 - 11.00 Uhr  
QIGONG

11.30 - 12.30 Uhr  
YOGILATES 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

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

18.30 - 20.30 Uhr  
AUFRISCHUNG  
TANZEN

## FREITAG

## 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

20.00 - 21.30 Uhr  
DISCOFOX  
LEICHT II