

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
14 Uhr	GSS	GSS	GSS	GSS		
15 Uhr		Hobby Horsing ab 3 Jahre Jane Langfeldt	Mini Dance Jane Langfeldt		Volleyball U18 Florian Pünner	
16 Uhr		Hobby Horsing ab 7 Jahre Jane Langfeldt	Super Mini Dance Jane Langfeldt			
17 Uhr	Hip-Hop Nadja Kudenholdt Liza Brink	Zumba Jane Langfeldt	Kiddy Dance Jane Langfeldt		Aikido Offenes Training Torsten Preuß	
18 Uhr	Hip-Hop Nadja Kudenholdt Liza Brink	Intervall Workout Jane Langfeldt	Total Body Workout Hanna Drews			
19 Uhr	Hip-Hop Nadja Kudenholdt Liza Brink	Aikido Erwachsene Torsten Preuß	Yoga Tanja Cohrs	Power Conditioning Julian Verch		
20 Uhr	Meditation Tanja Cohrs			Step-Aerobic Uta Olderog		
21 Uhr						

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	
14 Uhr	GSS	GSS	GSS	GSS		10-12 Uhr Bewegungs- Landschaft	
15 Uhr		Psychomotorik Martha Heinecke	Jugendzentrum	Eltern-Kind- Turnen Bianca Kath		13-15 Uhr Indoor Cycling m / w Torsten Streich	
16 Uhr	Bewegung für Kids Andrea Ritscher			Kinder-Turnen 3-4 Jahre Bianca Kath	16:40-17:45 h		
17 Uhr	Fit for Kids Andrea Ritscher			Kinderturnen 5-6 Jahre Bianca Kath			
18 Uhr	Indoor Cycling m / w Torsten Streich	Indoor Cycling nur für Frauen Sandra Helms	Zumba Jane Langfeldt	Core-Training BBP Karin Schmidt	Indoor Cycling m / w Torsten Streich		
19 Uhr			Indoor Cycling Anfänger	Rehasport 3 Karin Schmidt			
20 Uhr	Männerfitness 50+ Holger Ray						
21 Uhr							

