



Sportangebote Abteilung Turnen

	Große Halle	Spiegelsaal
Montag		
09:30 - 11:00		Pilates - Ina -
17:00 - 18:00	Zumba Kids - Jessica -	FaszienYoga - Isabell -
18:00 - 19:00	Zumba - Jessica -	Rückenfit - Isabell -
19:00 - 20:00	BBP/Fit - Ann-Kathrin -	BodyPower - Miguel -
20:00 - 22:00	Ballspiele - Michael -	
20:00 - 21:30		Italienische Tänze - Sergio - (bitte direkt mit dem Trainer Kontakt aufnehmen da der Kurs nicht jeden Montag stattfinden wird)
Dienstag		
09:00 - 10:00		FAYO - Isabell -
10:00 - 11:30		Pilates - Ina -
16:00 - 18:00	JugendFußball	
15:45 - 16:45		Gruppentänze Fortgeschritten - Franca -
16:45 - 18:15		Yoga - Anna -
18:00 - 22:00	Tischtennis - Reiner -	
18:15 - 20:00		LauftrainingCool Down - Natalia
Mittwoch		
09:00 - 10:00	Latina Rythmo - Franca -	
10:00 - 11:30	Krabbelgruppe - Elena -	
16:30 - 17:30		Jazz-Dance - Natalie -
17:30 - 19:00		HipHop - Natalie -
18:00 - 19:00	BodyPower - Miguel -	
19:00 - 20:00	Fit mit 50+ - Angelika/Barbara -	BodyCross - Miguel -



Donnerstag

09:00 - 10:00		Step - Natalia -
10:00 - 11:00		FaszienPilates - Ina -
11:00 - 12:00		RückenFit - Ina -
15:30 - 17:00		VanLenDance - Natalie -
16:00 - 17:00	MutterKind - Chiara -	
17:00 - 18:00	Kinderturnen - Chiara -	HockerGymnastik - Ann-Kathrin -
18:00 - 19:00	RückenFit - Ann-Kathrin -	Gruppentänze - Franca -
19:00 - 20:00	Fit mit 50+ für Sie und Ihn - Barbara -	Zumba - Jessica -

Freitag

09:00 - 10:30	CardioStep/BBP - Isabell -	
16:00 - 18:00	JugendFussball	
17:00 - 18:00		Yoga - Anna -
18:00 - 19:00	Jumping - Milena -	CardioStep - Natalia -
19:00 - 20:00	BodyCross - Miguel -	
20:00 - 21:30	Tanzen - Franca/Sergio -	

Samstag

09:30 - 10:30	BodyPower - Miguel -	
10:30 - 11:30	BodyCross - Miguel -	
10:00 - 11:00		Pilates - Isabell -
11:00 - 12:00		FaszienYoga - Isabell -
17:30 - 19:00		Salsa - Giovanni/Anna -

Sonntag

15:00 - 16:00		GruppenTänze - Franca -
16:00 - 17:30	Tanzen für Anfänger	Sergio/Franca
17:30 - 19:00	Tanzen für Fortgeschrittene	

Neu, aber erst ab 16.09.2019

Neue Angebote ab September

Nur in den WinterMonaten