

Hallenplan

Montag

- 08:30 - 09:30 Rückenfit mit Reinhild
- 09:30 - 10:30 Rückenfit mit Reinhild
- 16:00 - 17:30 Leichtathletik ab 12 J. mit Andrea und Alina
- 17:30 - 19:00 Rhumegarde mit Doreen
- 19:00 - 20:00 Crosstraining mit Reinhild

Dienstag

- 15:15 - 16:15 Kinderfitness 3+4 / 5+6 mit Reinhild
- 16:15 - 17:15 Zwergenturnen ab 10 Monate mit Reinhild
- 17:15 - 21:30 Tischtennis mit Jörg

Mittwoch

- 14:00 - 16:00 Waldkids KiGa/Schule mit Reinhild
- 16:00 - 17:00 Rhumegarde Kids 6-11 J. mit Doreen
- 17:00 - 18:00 Fußball Bambinis 4-6 J. mit Sebastian
- 18:00 - 20:00 Parkour mit Lukas
- 20:00 - 21:00 Alte Herren mit Fabian (nach den Herbstferien)

Donnerstag

- 16:00 - 17:30 Leichtathletik 6-10 J. mit Andrea und Alina
- 17:30 - 19:00 Rhumegarde 13-17 J. mit Doreen
- 19:00 - 20:00 Frauenfitness mit Reinhild
- 20:00 - 21:00 Männerballett mit Doreen (z.Zt. nicht)

Freitag

- 14:00 - 15:00 Kindercrossfit 7-10 J. mit Reinhild
- 15:00 - 16:00 ???
- 16:00 - 17:00 Leichtathletik 4 - 7 J. mit Andrea und Alina
- 17:00 - 18:00 Fußball Bambinis mit Matthis und Jonas
- 18:00 - 22:00 Tischtennis mit Jörg

Samstag

- 09:30 - 11:00 Leichtathletik 13-18 J. mit Michi
- 13:00 - 22:00 Tischtennis mit Jörg