

Sporthallen – Plan 2019 in Rhumspringe

Montag

08:30 – 09:30	Rückenfit für Frauen und Männer mit Reinhild
09:30 – 10:30	Rückenfit für Frauen und Männer mit Reinhild
16:00 – 17:30	Leichtathletik 10 – 17 Jahre mit Andrea / Alina
17:30 – 18:30	Rhumegarde Kids 6 10 Jahre mit Doreen
19:00 – 20:00	Fitnessstraining für Frauen und Männer mit Reinhild
20:00 – 21:00	Männerballett mit Doreen

Dienstag

15:30 – 16:30	Kinderfitness 3 – 6 Jahre mit Reinhild
16:30 – 17:30	Zwergenturnen ab 10 Monate mit Reinhild
17:30 – 21:30	Tischtennis

Mittwoch

14:00 – 16:00	Waldkits ab 3 Jahre mit Reinhild
16:00 – 17:00	Rhumegarde Teens 11 – 15 Jahre mit Doreen
18:00 – 19:00	Tanzmariechen mit Doreen
19:00 – 20:00	Crossfit
20:00 – 21:30	Training Alte Herren

Donnerstag

15:30 – 17:00	Leichtathletik 6 – 10 Jahre mit Andrea / Alina
17:00 – 19:00	Fußball – A Jugend Training
19:00 – 20:00	Frauenfitness mit Reinhild
20:00 – 21:00	Männerballett mit Doreen

Freitag

14:30 – 15:30	Kinderfitness ab 7 Jahre mit Reinhild
15:30 – 16:30	Kindertanz ab 3 Jahre mit Reinhild
16:30 – 17:30	Leichtathletik 4 – 7 Jahre mit Andrea / Alina
17:30 – 21:30	Tischtennis

Samstag

09:30 – 11:00	Leichtathletik 14 – 20 Jahre mit Michael Glorius
---------------	--