



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9 Uhr							
10 Uhr	Bauch & Rücken 10:00 - 11:00 Boris Zielinski	Eltern und Kind Turnen 1-3.. 10:00 - 12:00 Nabila Malik	Koronarsport 09:00 - 11:00 Elke Helbig-Keicher		Bauch & Rücken 10:00 - 11:00 Elena Bauer	Badminton freies Training 09:00 - 13:00 Bernd Reich	Badminton Anfänger 09:00 - 11:00 Bernd Reich
11 Uhr	Stretch & Relax 11:00 - 12:00 Boris Zielinski		Koronarsport 11:00 - 13:00 Elke Helbig-Keicher		Stretch & Relax 11:00 - 12:00 Elena Bauer		Badminton Anfänger - Fortgesch.. 11:00 - 13:00 Bernd Reich
12 Uhr							
13 Uhr							
14 Uhr	Futsal Kids 6-10 Jahre 14:00 - 15:00 Sebastian Gleiss		Koronarsport 13:00 - 15:00 Elke Helbig-Keicher			Tischtennis - freies Training 13:00 - 16:00 Paul Schmitt	Badminton Fortgeschrittene 13:00 - 15:00 Bernd Reich
15 Uhr	Familien-Turnen 1-6 Jahre 15:00 - 18:00 Angela Romig		Futsal Kids 6-10 Ja.. 15:00 - 16:00 Adrian Stanek				Zumba Fitness 15:00 - 16:00 Natalia Zingel
16 Uhr					Eltern und Kind Turnen 1-3.. 15:30 - 18:00 Viva Schenderlein	Basketball Mittelstufe - Fortgesc.. 16:00 - 18:00 Caterina Crescente	Basketball Mittelstufe - Fortgesc.. 16:00 - 18:00 Jozo Opacak
17 Uhr		Eltern und Kind Turnen 1-3.. 17:00 - 18:30 Noman Altan					
18 Uhr	HIIT Strong 18:00 - 19:00 Angelina Holstein		BBOP 18:00 - 19:00 Nina Turek		Thai Bo 18:00 - 19:00 Barbara Aigner		
19 Uhr	Futsal Erwachsene 19:00 - 21:00 Michael Koester	Prellball 18:30 - 20:00 Kai Hammer	Zumba Fitness 19:00 - 20:00 Holger Otto	Total Body Condit.. 19:00 - 20:00 Eric Steeves	Zumba Fitness 19:00 - 20:00 Natalia Zingel	Futsal Erwachsene 18:00 - 20:00 Jan Gumbert	Futsal Erwachsene 18:00 - 20:00 Jan Gumbert
20 Uhr		Volleyball Fit & Fun 20:00 - 21:00 Nikolaos Petridis					
21 Uhr			Badminton freies Tr.. 20:00 - 23:00 Bernd Reich	Prellball 20:00 - 22:00 Dennis Voelker	Futsal Erwachsene 20:00 - 22:00 Jan Gumbert		
22 Uhr	Basketball Mittelstufe - Fortgesc.. 21:00 - 23:00 Caterina Crescente	Volleyball - Anfänger Mix.. 21:00 - 23:00 Nikolaos Petridis					
23 Uhr							