



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9 Uhr							
10 Uhr	Bauch & Rücken 10:00 - 11:00 Jane Seibert-Vollet	Wirbelsäulengymnastik 10:00 - 11:00 Susanne Koch	Koronarsport 09:00 - 11:00 Elke Helbig-Keicher		Bauch & Rücken 10:00 - 11:00 Elena Bauer		Badminton Anfänger 09:00 - 11:00 Bernd Reich
11 Uhr	Stretch & Relax 11:00 - 12:00 Jane Seibert-Vollet	Dehnen und Entspannen 11:00 - 12:00 Susanne Koch			Stretch & Relax 11:00 - 12:00 Elena Bauer		Badminton Anfänger - Fortgeschr.. 11:00 - 13:00 Bernd Reich
12 Uhr			Koronarsport 11:00 - 13:00 Elke Helbig-Keicher				
13 Uhr							
14 Uhr	Futsal Kids 6-10 Jahre 14:00 - 15:00 Adrian Stanek		Koronarsport 13:00 - 15:00 Elke Helbig-Keicher				Badminton Fortgeschrittene 13:00 - 15:00 Bernd Reich
15 Uhr	Basketball Kids 8-11 Jahre 15:00 - 16:00 Yassine Joel Rihani		Futsal Kids 6-10 Jahre 15:00 - 16:00 Adrian Stanek		Futsal Kids 6-10 Jahre 15:00 - 16:00 Sebastian Gleiss, Adrian Stanek		Zumba Fitness 15:00 - 16:00 Natalia Zingel
16 Uhr							
17 Uhr	Basketball Kids 12-16 Jahre 16:00 - 18:00 Yassine Joel Rihani		Futsal Kids 10-14 Ja.. 16:00 - 18:00 Adrian Stanek		Futsal Kids 10-14 Jahre 16:00 - 18:00 Adrian Stanek, Sebastian Gleiss	Basketball Mittelstufe - Fortgeschr.. 16:00 - 18:00 Caterina Crescente	Basketball Mittelstufe - Fortgeschr.. 16:00 - 18:00 Wolf Kunik
18 Uhr	HIT Strong 18:00 - 19:00 Angelina Holstein	Football Offseason Wor.. 18:00 - 19:00 Drew Mazyck	BBOP 18:00 - 19:00 Angela Longo		Thai Bo 18:00 - 19:00 Barbara Aigner		
19 Uhr		Bauch & Rücken 19:00 - 20:00 Nicole Zielinski	Zumba Fitness 19:00 - 20:00 Holger Otto		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	Futsal Erwachsene 19:00 - 21:00 Michael Koester	Volleyball Fit & Fun 20:00 - 21:00 Nikolaos Petridis					
21 Uhr			Badminton freies Trai.. 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 - Fortgeschr.. 21:00 - 23:00 Caterina Crescente	Volleyball - Anfänger Mi.. 21:00 - 23:00 Nikolaos Petridis					
23 Uhr							