

SPORTANGEBOT MO/DI

STAND 11/2021



ONLINE
19-20 Uhr
Indoor-Cycling
19-20.30 Uhr
Yoga

UHR	MONTAG			DIENSTAG		
	WELLE	OTTER	HANDELOH	WELLE	OTTER	HANDELOH
8						
9						
10	9.30-10.30 Uhr GEDÄCHTNISTRAINING			9.30-10.30 Uhr SENIORENGYMNASTIK		
11	10.30-11.30 Uhr GEDÄCHTNISTRAINING			10.30-11.30 Uhr SENIORENGYMNASTIK		
12						
13						
14	14.00-16.00 Uhr TENNIS- JUGEND			14.00-16.00 Uhr TENNIS- JUGEND		
15						
16		15.30-16.30 Uhr ELTERN-KIND-TURNEN	15.15-16.15 Uhr ELTERN-KIND-TURNEN			
17		15.00-19.30 Uhr FUSSBALL- JUGEND	16.45-18.30 Uhr KÖRPERTRAINING	16.30-19.00 Uhr FUSSBALL- JUGEND	17.30-19.00 Uhr QI-GONG in der Ex-Volksbank	17.15-18.15 Uhr RÜCKENTRAINING DAMEN
18					18.30-20.00 Uhr LEICHTATHLETIK LAUFGRUPPE 11 J./ERW.	18.15-19.15 Uhr RÜCKENTRAINING DAMEN
19	18.45-19.45 Uhr INDOOR-CYCLING	18.45-19.45 Uhr WORLD JUMPING		19.00-20.15 Uhr BODYSTYLING	19.00-21.00 Uhr LEICHTATHLETIK	19.15-20.00 Uhr RÜCKENTRAINING HERREN
20	20.00-21.00 Uhr INDOOR-CYCLING	19.30-22.00 Uhr FUSSBALL HERREN	19.00-20.00 Uhr POWER TRAINING		20.00-22.00 Uhr FUSSBALL HERREN	20.15-21.15 Uhr WORLD JUMPING (IN PLANUNG)
21		20.00-22.30 Uhr VOLLEYBALL				
22						

SPORTANGEBOT MI/DO

STAND 11/2021



UHR	MITTWOCH			DONNERSTAG		
	WELLE	OTTER	HANDELOH	WELLE	OTTER	HANDELOH
8						
9	8.30–9.30 Uhr INDOOR-CYCLING			9.00–10.00 Uhr BODYSTYLING		
10	10.00–11.00 Uhr ELTERN-KIND-TURNEN					
11						
12						
13						
14	14.00–16.00 Uhr TENNIS	14.00–15.00 Uhr KINDER-TURNEN	14.00–15.00 Uhr AKTIV IM ALTER	14.00–16.00 Uhr TENNIS	14.00–15.00 Uhr AKTIV IM ALTER	
15		15.00–16.00 Uhr KINDER-TURNEN	15.15–16.15 Uhr KINDER-TURNEN 4–5 J.		14.30–16.30 Uhr E-BIKE-GRUPPE 60 PLUS	
16	16.00–19.00 Uhr FUSSBALLJUGEND	16.00–17.00 Uhr KINDER-TURNEN	16.15–17.15 Uhr KINDER-TURNEN 6–9 J.			
17		17.00–18.00 Uhr HIPHOP 6–9 J.		16.00–18.30 Uhr LEICHTATHLETIK		
18		18.00–19.00 Uhr HIPHOP 10–12 J.			17.30–19.00 Uhr FUSSBALLJUGEND	
19	19.00–22.00 Uhr FUTSAL-LIGA	19.00–20.00 Uhr WORLD JUMPING	19.00–20.00 Uhr MÄNNER IN BEWEGUNG	18.45–19.45 Uhr INDOOR-CYCLING	18.30–19.30 Uhr FRAUEN IN BEWEGUNG	18.30–19.30 Uhr RÜCKENFIT
20		20.00–21.00 Uhr ZUMBA		20.00–21.00 Uhr INDOOR-CYCLING	20.00–22.00 Uhr FUSSBALL HERREN	20.00–22.00 Uhr BADMINTON
21						
22						

SPORTANGEBOT FR/SA

STAND 11/2021



UHR	FREITAG			SAMSTAG		
	WELLE	OTTER	HANDELOH	WELLE	OTTER	HANDELOH
8						
9						
10				9.30–10.30 Uhr INDOOR-CYCLING		
11				10.45–11.45 Uhr INDOOR-CYCLING		
12						
13						
14	14.00–16.00 Uhr TENNIS					
15					15.00–17.00 Uhr LEICHTATHLETIK	
16	16.00–19.00 Uhr FUSSBALLJUGEND					
17					17.00–19.30 Uhr FUSSBALL ALTE HERREN	
18						
19						
20	19.15–22.00 Uhr TISCHTENNIS					
21						
22						