

Sportaktivitäten / Kurse

Montag	16:00-17:00	Eltern-Kind Turnen	Sporthalle	Nastja	(Daniel Aufbau- Abbau)
Montag	17:10-18:00	Kindertanz	Gymraum 1	Nastja	
Montag	18:00-19:30	Gymnastik	Gymraum 1	Lola	
Montag	19:30-20:00	Bauch Total	Gymraum 1	Hassan	Kursgebühr
Montag	20:00-21:00	Langhantel	Gymraum 1	Hassan	Kursgebühr
Montag	18:00-18:45	Jumping	Reha-Raum	Claudia	Kursgebühr
Dienstag	09:00-10:00	Reha-Orthopädie	Reha-Raum	Anke/ Jaro	
Dienstag	10:30-11:30	Sport nach Krebs	Reha-Raum	Anke	
Dienstag	14:00-15:45	Reha Sport für Kinder	Sporthalle	Beate	(ev. Daniel)
Dienstag	18:15-19:15	Fatburner/BBP/Stepp	Gymraum 1	Sölve	
Dienstag	19:30-20:30	Wirbelsäulengy.	Gymraum 1	Sölve	
Dienstag	19:30-20:15	Jumping	Reha-Raum	Claudia	Kursgebühr
Mittwoch	14:30-15:30	Reha-Lungensport	Reha-Raum	Anke	
Mittwoch	14:30-16:00	Reha-Sport Kinder ab 3 Jahre		Beate	
Mittwoch	15:45-16:45	Reha-Orthopädie	Reha Raum	Anke/ Jaro	
Mittwoch	17:00-18:00	Reha-Orthopädie	Reha-Raum	Anke/ Jaro	
Mittwoch	18:30-19:30	Pilates	Gymraum 1	Jaro	Kursgebühr
Mittwoch	18:30-19:00	Faszien-Training	Reha-Raum	Hassen	Kursgebühr
Mittwoch	19:00-20:00	Spinning	Fitness-Raum	Hassen	Nur mit Anmeldung
Donnerstag	09:45-10:45	Reha-Orthopädie	Reha-Raum	Anke/Jaro	
Donnerstag	11:00-12:00	Reha-Orthopädie	Reha-Raum	Anke/Jaro	
Donnerstag	18:30-19:30	Bauch und Rücken	Gymraum 1	Hassen	Kursgebühr
Donnerstag	19:00-19:45	Jumping	Reha-Raum	Wencke	Kursgebühr
Donnerstag	19:30-20:30	Zumba	Gymraum 1	Tanja	Kursgebühr

Zur Zeit finden einige Kurse und Sportaktivitäten entweder in der Willi Steinmann Halle oder in der Sporthalle statt. Nachfrage bei den Übungsleitern. Vielen Dank