



	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9 Uhr							
10 Uhr	Bauch & Rücken 10:00 - 11:00 Boris Zielinski	Wirbelsäulengymnastik 10:00 - 11:00 Susanne Koch	Koronarsport 09:00 - 11:00 Elke Helbig-Keicher		Bauch & Rücken 10:00 - 11:00 Elena Bauer		Badminton
11 Uhr	Stretch & Relax 11:00 - 12:00 Boris Zielinski	Dehnen und Entspannen 11:00 - 12:00 Susanne Koch	Koronarsport 11:00 - 13:00 Elke Helbig-Keicher		Stretch & Relax 11:00 - 12:00 Elena Bauer		Badminton 10:00 - 15:00 o.N.
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				
15 Uhr	Basketball Kids ab 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		Zumba Fitness 15:00 - 16:00 Natalia Zingel
16 Uhr	Basketball Kids ab 12-16 Jahre 16:00 - 18:00 Yassine Joel Rihani		Futsal Kids 10-14 Jahre 16:00 - 18:00 Adrian Stanek		Futsal Kids 10-14 Jahre 16:00 - 18:00 Sebastian Gleiss	Basketball 16:00 - 18:00 Caterina Crescente	Basketball 16:00 - 18:00 Jozo Opacak
17 Uhr							
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	Ballsport 19:00 - 21:00 o.N.	Bauch & Rücken 19:00 - 20:00 Nicole Zielinski	Zumba Fitness 19:00 - 20:00 Holger Otto	Total Body Conditioning 19:00 - 20:00 Sandra Misovski	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	Badminton 20:00 - 21:00 Bernd Reich	Prellball 20:00 - 22:00 Dennis Voelker	Futsal Erwachsene 20:00 - 22:00 Markus Sikorski		
21 Uhr	Basketball 21:00 - 23:00 Caterina Crescente	Volleyball - Anfänger Mixed 21:00 - 23:00 Nikolaos Petridis	Badminton 21:00 - 23:00 Bernd Reich				
22 Uhr							
23 Uhr							