



	MONTAG			DIENSTAG			MITTWOCH		
UHR	Vereinshaus EG	Vereinshaus OG	Sporthalle	Vereinshaus EG	Vereinshaus OG	Sporthalle	Vereinshaus EG	Vereinshaus OG	Sporthalle
8									
9	08:45-09:45 Fit & Aktiv Senioren		08:30 - 09:30 Eltern-Kind-Turnen 1-3 Jahre	09:00 - 10:00 Krabbelmäuse 6-12 Monate					
10	10:00- 11:00 Mama Fit Fitness Mama mit Kind	KURS: 10:30- 11:30 Rückbildung Termine erfragen		10:00 - 11:00 Sportflöhe 12-18 Monate			10:00 - 11:00 Osteoporose Senioren	10:00 - 11:00 Mama Fit Fitness Mama mit Kind	
11							11:00 - 12:00 Hockergruppe Senioren		
12									
13									
14	14:30 - 15:30 Jazz und Hip Hop 6-8 Jahre		14:30 - 15:30 Kinderturnen-Kids ab 7 Jahre				14:45- 15:30 Kindertanz 4-5 Jahre		
15	15:30 - 16:30 Jazz 8-10 Jahre	15:45 - 16:45 Tanzzwerg 1,5-3 Jahre	15:30 - 16:30 Kinderturnen-Minis 5-6 Jahre		KURS: 15:30 - 16:15 Kinderyoga 3-6 J. Termine erfragen		15:30- 16:15 Kindertanz 3-4 Jahre		
16	16:30 - 17:30 Hip Hop 8-10 Jahre				KURS: 16:15 - 17:00 Kinderyoga 6-8 J. Termine erfragen	16:00 - 17:30 Kinderturnen 3,5 - 5 Jahre	16:15- 17:00 Show Dance 5-8 Jahre		16:00 - 17:30 Eltern-Kind-Turnen 1-3 Jahre
17	17:30- 18:30 Hip Hop ab 16 Jahre		17:00 - 18:15 Judo 5-11 Jahre	17:15 - 18:15 Langhantel Erwachsene	17:45- 18:45 Hip Hop ab 11 Jahre		17:00- 18:00 Show Dance 9-12 Jahre		
18	18:45- 19:45 Tabata Erwachsene		18:15 - 19:45 Judo ab 12 Jahre	18:30 - 19:30 Zumba Erwachsene		18:00 - 19:00 Rückengymnastik Damen	18:20 - 19:20 Seniorengymnastik Damen	18:30 - 19:30 Total-Body-Workout Erwachsene	
19		19:00 - 19:45 Rücken Aktiv Herren		19:30 - 20:30 Functional HIIT Erwachsene	19:00 - 20:00 Pilates Erwachsene	19:00 - 20:00 Rückengymnastik Damen und Herren	19:30 - 20:30 Langhantel Erwachsene		19:00 - 20:00 Pilates Mix Termine erfragen
20	20:00- 21:00 Vinyasa Yoga Erwachsene	20:00 - 21:00 Yin Yoga Erwachsene	20:00 - 22:00 Ballsport Erwachsene		20:15 - 21:15 Power Yoga Erwachsene				
21									
22									



	DONNERSTAG			FREITAG			SAMSTAG	SONNTAG	
UHR	Vereinshaus EG	Vereinshaus OG	Sporthalle	Vereinshaus EG	Vereinshaus OG	Sporthalle	Vereinshaus EG	Vereinshaus EG/OUTDOOR	
8				08:15 - 09:00 Rückenflow Erwachsene					
9	KURS: 09:00 - 09:45 Reha Sport Termine erfragen	KURS: 09:00 - 10:30 Kundalini Yoga Termine erfragen			KURS: 09:00 - 10:00 Babies in Bewegung Termine erfragen		09:00 - 10:00 TRX Complete Workout Erwachsene		
10	KURS: 10:00- 10:45 Beckenboden Mama Termine erfragen			10:00 - 11:00 Mama Fit Fitness Mutti mit Baby				10:00 - 11:00 Bodystyling Erwachsene	KURS: 10:00 - 11:00 Fit mit Hund Termine erfragen
11				11:00 - 12:00 Mama Fit Fitness Mutti mit Baby					
12									
13									
14									
15	15:00 - 16:00 Ballett 5-7 Jahre	Sommer: 18:30 - 19:30 / Winter: 14:30 - 15:30 Nordic Walking Treffen vorm Vereinshaus							
16	16:00 - 17:00 Ballett 8-10 Jahre	KURS: 16:30 - 17:30 Kinderyoga 8-10 J. Termine erfragen	16:00 - 17:00 Eltern-Kind-Turnen 1-3 Jahre						
17			17:00 - 18:00 Eltern-Kind-Turnen 1-3 Jahre						
18	17:45 - 18:45 Seniorengymnastik Herren			17:30 - 18:15 TRX Power Express Erwachsene					
19	19:00 - 20:00 BBP Fitmix Erwachsene	19:00 - 20:00 Yoga Männer	18:30 - 20:00 Ballsport Erwachsene	18:30 - 19:30 Hula-Power-Mix Damen					
20		20:15 - 21:15 Yoga am Abend Erwachsene							
21			Turnhalle Kattenberg 19:30 - 22:00 Jazz Dance In the Mood Erwachsene						
22									