

UHR	MONTAG			DIENSTAG			MITTWOCH		
	Vereinshaus EG	Vereinshaus OG	Sporthalle	Vereinshaus EG	Vereinshaus OG	Sporthalle	Vereinshaus EG	Vereinshaus OG	Sporthalle
8			08:30 - 09:30 Eltern-Kind-Turnen 1-3 Jahre						
9	08:45-09:45 Fit & Aktiv Senioren			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 Hockerguppe Senioren		
12									
13									
14			14:30 - 15:30 Kinderturnen-Kids ab 7 Jahre				14:45 - 15:30 Kindertanz 4-5 Jahre		
15	15:15 - 16:15 TRX Mama Fit (Termine erfragen)	15:30 - 16:30 Jazz 5-7 Jahre (Termine erfragen)	15:30 - 16:30 Kinderturnen-Minis 5-6 Jahre	15:00 - 16:00 Sitzgymnastik Senioren	KURS: 15:30 - 16:15 Kinderyoga 3-6 J. Termine erfragen		15:30 - 16:15 Kindertanz 3-4 Jahre		
16	16:30 - 17:30 Jazz & Hip Hop 8-10 Jahre			16:15 - 17:00 Tanzwerge 1,5-3 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 Aerial Yoga Erwachsene (Termine erfragen)	17:30 - 18:30 Hip Hop ab 11 Jahre (Termine erfragen)	17:00 - 18:15 Judo 5-11 Jahre	17:15 - 18:15 Langhantel Erwachsene			17:30 - 18:30 Seniorengymnastik Damen		
18	18:45- 19:45 Tabata Erwachsene	Sommer: 19:00 Boule Bahn am Vereinshaus	18:15 - 19:45 Judo ab 12 Jahre	18:30 - 19:30 Zumba Erwachsene		18:00 - 19:00 Rückengymnastik Damen		18:30 - 19:30 Total-Body-Workout Erwachsene	
19		19:00 - 19:45 Rücken Aktiv Herren		KURS: 18:30-19:30 Fit mit Hund Termine erfragen	19:00 - 20:00 Pilates Erwachsene	19:00 - 20:00 Rückengymnastik Damen und Herren	18:45 - 19:45 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									

UHR	DONNERSTAG			FREITAG			SAMSTAG	SONNTAG	
	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 - 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				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 Aerial Yoga Erwachsene (Termine erfragen)					
12									
13									
14							Winter: 14:00 Boule Bahn am Vereinshaus		
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 Termine erfragen	KURS: 16:30 - 17:30 Kinderyoga 8-10 J. Termine erfragen	16:00 - 17:30 Eltern-Kind-Turnen 1-3 Jahre						
17									
18	17:45 - 18:45 Seniorengymnastik Herren			18:00 - 19:00 Tabata Mix Erwachsene					
19	19:00 - 20:00 BBP Fitmix Erwachsene	19:00 - 20:00 Yoga Männer	18:30 - 20:00 Ballsport Erwachsene						
20		20:15 - 21:15 Yoga am Abend Erwachsene	Turnhalle Kattenberg 19:30 - 22:00 Jazz Dance In the Mood Erwachsene						
21									
22									