

Zeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag		Sonntag		Zeit
	Halle	Gymraum	Halle	Gymraum	Halle	Gymraum	Halle	Gymraum	Halle	Gymraum	Halle	Gym	Halle	Gym	
9-10															9-10
10-11	Kindergarten							ab 19.09.24 Yoga							10-11
11-12		Kindergarten								ab 20.09.24 Yoga 11.00h-12.00h	Karate				11-12
12-13															12-13
13-14															13-14
14-15	Eltern-Kindturnen (0,5-9 J.)/ Abenteuer-Turnen														14-15
15-16							15.15 - 16.15h Karate ab 5 Jahre				Thaiboxen Halle od. Dojo				15-16
16-17			Karate Kinder (ab Gelbgurt bis ca. 13 Jahre)				ca. 16.00 - 17.00h Karate ab 6 - 10 Jahre								
17-18	Gymnastik Seniorinnen										Legende				17-18
18-19	Karate Fortgeschr. (Kinder u. Erw.)	Gesundh.-orientiertes Training	Pilates / Body Fitness	ab 11.06.2024 Kumite Jugendliche 10 - 15 Jahre	Volleyball "Ball-fummler"		Gymnastik Frauen	18.15 - 19.15h Qigong	Karate Fortgeschr. (Kinder u. Erw.)	Thaiboxen					
19-20				Thaiboxen		Funktions-Gymnastik Frauen					Kumite Erwachsene ab 16 Jahre	Karate 40plus	Sunset-Fitness	SV für Neu-&Wiedereinsteiger 50+	
20-21			Kumite Erwachsene ab 16 Jahre								neue bzw. verlegte Stunden				
21-22					Sport & Spiel 2				Sport & Spiel Männer		Kurs findet teils in der Halle, teils im Gymraum statt				
											Pluspunkt.DTB (10-Einheiten-Kurs)				
											Feste Gruppe - Maximale Teilnehmerzahl erreicht				
											rot umrandet		Kostenpflichtiger Kurs		