

Vereinsprogramm

Montag:

16:45 – 18:15	Turn-Akrobatik (Kinder ab 6 Jahre)	(Halle)
18:15 – 19:15	Zumba (nur Kursangebot)	(Halle)
19:00 – 20:30	Boxen	(Gymnastikraum)
19:30 – 21:00	Judo (Erwachsene / Jugendliche ab 15 Jahre)	(Halle)



Dienstag:

17:30 – 19:00	Judo (Kinder ab 8 Jahre)	(Halle)
18:00 – 19:00	Spiralmuskelstabilisation	(Gymnastikraum)
19:00 – 20:00	Fit und Beweglich (ab 40 Jahre)	(Halle)

Mittwoch:

16:30 – 18:00	Judo (Kinder ab 6 Jahre)	(Halle)
18:00 – 19:30	Judo (Wettkampftraining)	(Halle)
19:30 – 21:00	Boxen	(Halle)
18:45 – 19:45	Fit durch jede Jahreszeit (BBP)	(Gymnastikraum)

Donnerstag:

17:15 – 18:15	Kinder-Badminton	(Halle)
18:45 – 19:45	Rundum „Rückenfit“	(Halle)
20:00 – 21:30	Yoga (nur Kursangebot)	(Gymnastikraum)

Freitag:

17:15 – 18:45	Kinderturnen (ab 3 Jahre)	(Halle)
17:45 – 18:45	Kickboxen für Kinder (ab 6 Jahre)	(Gymnastikraum)
18:45 – 19:45	Turnen (ab 6 Jahre)	(Halle)
19:00 – 20:30	Boxen	(Gymnastikraum)
19:45 – 21:15	Badminton	(Halle)

Samstag:

13:30 – 14:30	Faszien in Balance (nur Kursangebot)	(Halle)
---------------	--------------------------------------	---------