

# Wochenplan

	Montag:	Dienstag:	Mittwoch:	Donnerstag:	Freitag:
10:30 Uhr	<u>Fitness-Yoga-Kurs</u>				
11:00 Uhr	<u>Fitness-Yoga-Kurs</u>				
12:00 Uhr					
13:00 Uhr					
14:00 Uhr					
15:00 Uhr					<u>Kinderturnen</u> (7-10 Jahre)
16:00 Uhr		<u>Eltern-Kind-Turnen</u>		<u>Turnen Mix Heren</u>	<u>Kinderturnen</u> (ab 10 Jahre) <u>Judo</u>
17:00 Uhr		<u>Kinderturnen</u> (4-7 Jahre)		<u>Zumba Kurs</u>	<u>Judo</u>
18:00 Uhr	<u>Bewegung und Spiel bei Diabetes Diabetessport</u>	18:45 Uhr <u>Pilates für Fortgeschrittene</u>	<u>Herzsport</u>	<u>Zumba Kurs</u>	<u>Judo</u>
19:00 Uhr			<u>Gesundheitsturnen</u>	19:15 Uhr <u>Body-Styling/Stepaerobic</u>	<u>Judo</u>
20:00 Uhr		<u>Body-Styling/Stepaerobic Trimm-Herren</u>	<u>Volleyball</u> <u>Gesundheitsturnen</u> <u>Trimm-Damen</u> <u>Fitness-Yoga Kurs</u>	20:15 Uhr <u>Pilates für Einsteiger</u>	<u>Volleyball</u> <u>Jujutsu</u>
21:00 Uhr		<u>Body-Styling/Stepaerobic Trimm-Herren</u>	<u>Volleyball</u> <u>Gesundheitsturnen</u> <u>Trimm-Damen</u> <u>Fitness-Yoga Kurs</u>		<u>Volleyball</u> <u>Jujutsu</u>