

Hallenbelegung Neubau

Montag				Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag			Sonntag									
Zeit	Sporthalle 2	Mehrzweckraum	Fitness Studio	Sporthalle 2	Mehrzweckraum	Fitness Studio	Sporthalle 2	Mehrzweckraum	Fitness Studio	Sporthalle 2	Mehrzweckraum	Fitness Studio	Sporthalle 2	Mehrzweckraum	Fitness Studio	Sporthalle 2	Mehrzweckraum	Fitness Studio	Sporthalle 2	Mehrzweckraum	Fitness Studio							
08:00	Wirbelsäulen-gymnastik Regine Lamprecht 08:00 - 09:00		08:00 - 21:30			08:00 - 21:30			08:00 - 21:30			08:00 - 21:30			08:00 - 21:30			08:00 - 21:30			09:00 - 16:00							
08:15																												
08:30																												
08:45																												
09:00	Wirbelsäulen-gymnastik Regine Lamprecht 09:00 - 10:00	Yoga für den Rücken Kathrin Fritsch 09:15 - 10:15																										
09:15																												
09:30																												
09:45	Wirbelsäulen-gymnastik Regine Lamprecht 10:00 - 11:00	Flexibar und Kleingeräte Kathrin Fritsch 10:30 - 12:00																										
10:00																												
10:15																												
10:30	Badminton 11:30 - 12:30																											
10:45																												
11:00																												
11:15																												
11:30																												
11:45																												
12:00																												
12:15																												
12:30																												
12:45																												
13:00																												
13:15																												
13:30																												
13:45																												
14:00																												
14:15																												
14:30																												
14:45																												
15:00																												
15:15																												
15:30	Bewegungs-landschaft Leandra Peschke 15:30 - 17:00																											
15:45																												
16:00																												
16:15																												
16:30																												
16:45																												
17:00																												
17:15																												
17:30	Step'n'Fun Angie 17:30 - 19:00																											
17:45																												
18:00																												
18:15																												
18:30																												
18:45																												
19:00	Bodyworkout High Intensity Carolin Stöckle 19:00 - 20:00																											
19:15																												
19:30																												
19:45																												
20:00	Step Fit Tina 20:00 - 21:30																											
20:15																												
20:30																												
20:45																												
21:00																												
21:15																												
21:30																												
21:45																												
22:00																												
22:15																												
22:30																												