

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
10:00-11:15 Wirbelsäulengymnastik für Männer <i>Kursraum am Waldborn</i>	09:30-10:30 Wirbelsäulengymnastik (gemischt) <i>Kursraum am Waldborn</i>	15:00-16:00 Kinderturnen 3-6 Jahre <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	09:30-10:30 Wirbelsäulengymnastik (gemischt) <i>Kursraum am Waldborn</i>	09:00-10:00 Walken <i>Draußen – Treffpunkt Platzanlage Waldborn</i>	09:00-10:00 Jumping Fitness 3-5 Jahre <i>Kursraum am Waldborn</i>
17:00-18:00 Kinderturnen 3-6 Jahre <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	15:30-17:00 Geräteturnen Mädchen ab 6 Jahren <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	16:15-17:30 // ab 6 Jahren 17:30-19:00 // ab 10 Jahre Geräteturnen Mädchen <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	15:30-16:45 Diabetes Rehasport <i>Kursraum am Waldborn</i>	09:00-11:00 Rückenfit - Pilates <i>Kursraum am Waldborn</i>	10:00-11:00 Jumping Fitness <i>Kursraum am Waldborn</i>
16:45-18:00 Wirbelsäulengymnastik gemischt <i>Kursraum am Waldborn</i>	17:00-18:30 18:15-20:00 Geräteturnen Mädchen <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	17:45-19:00 Funktionsgymnastik <i>Kursraum am Waldborn</i>	16:00-17:00 Eltern-Kind-Turnen <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	11:00-13:00 Rückenfit <i>Kursraum am Waldborn</i>	12:00 – 13:00 Tabata <i>Kursraum am Waldborn</i>
18:00-20:00 Funktionelle Gymnastik <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	17:30-19:30 Ehepaarsport – <i>Sporthalle Lise-Meitner</i>	18:45-20:00 Herzsport Rehasport <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	17:00-18:00 Geräteturnen gemischt ab 6 Jahren <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	15:00-16:00 16:00-17:00 Eltern-Kind-Turnen <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	
19:00-20:30 Bewegung macht Spaß <i>Sporthalle Gerhart-Hauptmann Schule</i>	18:45 – 19:45 Bodystyling <i>Kursraum am Waldborn</i>	19:15-20:15 Jumping Fitness <i>Kursraum am Waldborn</i>	18:00-20:00 Abenteuer Turnen <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	17:00-18:00 Kinderturnen 3-6 Jahre <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	
20:00-22:00 Gymnastik für Frauen <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	20:00 – 21:30 Hatha-Yoga <i>Kursraum am Waldborn</i>	20:15-21:15 Jumping Fitness <i>Kursraum am Waldborn</i>	18:15-19:15 Jumping Fitness <i>Kursraum am Waldborn</i>	18:00-20:00 Geräteturnen Jungen <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	
		20:00-22:00 Fit for Fun <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	19:15-20:15 Bodystyling <i>Kursraum am Waldborn</i>	20:00-22:00 Jedermann-Sport <i>Sporthalle Marienfeldschule</i>	
			20:15-21:15 Jumping Fitness <i>Kursraum am Waldborn</i>		

Stand 13.08.2021

BLAU - (Klein)Kinder bis 6 Jahre
ORANGE – Kinder ab 6 Jahre
GRÜN – Seniorensport
LILA – Gesundheitssport
PINK – Fitnesskurse

KURSBESCHREIBUNGEN UND KONTAKTDATEN FINDEST DU AUF UNSERER HOMEPAGE

Kontakt:

Turnen allgemein, Seniorenkurse, Gesundheitssport:
 Andrea König - (a.koenig.ru@arcor.de)

Eltern-Kind-Turnen:
 Julia Kock - (kojul@gmx.de)

Fitness:
 Christina Mantler - (christina.mantler@yahoo.de)