Belegungsplan Gymnastiksaal

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00							
08:15							
08:30							
08:45				Pilates Basic I Claudia Vanzelli-Jäger			
09:00	Pilates nach Stott	Step-Aerobic plus Workout Petra Mayr	Senioren-Sport Renate Jaenke				
09:15							
09:30					ZUMBA Hansy Schwartze TSA		
09:45				Pilates Basic II Claudia Vanzelli-Jäger			
10:00			WS-Gymnastik Renate Jaenke				
10:15	Wellness-gymnastik Heike Kölle						
10:30							
10:45		Qi Gong Inge Grupp					
11:00							
11:15							
11:30							
11:45							
12:00							
12:15							
12:30							
12:45							
13:00							
13:15							
13:30							
13:45		Gymnasium Schuljahr 2016/17 Birgit Frank					
14:00							
14:15							
14:30							
14:45							

weiß unterlegt:
Stunden für alle Vereinsmitglieder offen

Stand: 21.09.2016 (KRi)

blau unterlegt:
zuzahlungspflichtige Kurse auch für Nichtmitglieder

Belegungsplan Gymnastiksaal

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
15:00		Gymnasium Schuljahr 2016/17			ZUMBA for Kids Frauke Rermmers TSA (ab September)		
15:15							
15:30							
15:45							
16:00			Spiel und Spaß für 4-6 Jährige Kerstin Dell		Leichtathletik U8 Babsi Saleten		
16:15							
16:30							
16:45							
17:00	Leichtathletik U10 + U12 Wintersaison	Leichtathletik Training Schüler U12					Standard und Latein Natalie Ludwig-Stöhr (Jugend) TSA
17:15			ZUMBA for Teens Frauke Rermmers TSA (ab September)				
17:30					Salsa - Aufbau Steffi Quero TSA		
17:45							
18:00	Flexibar-Kurse Heidi Völker-Schwiertz	Pilates Matte Edi Chalupny		Pilates mit Spiraldynamik Fr.Kölle	Salsa Idelfonso Tamaso und Steffi Quero • Anfänger • Mittelstufe 1+2 • Fortgeschritten TSA		
18:15							
18:30			Fit von Kopf bis Fuß Petra Mayr				
18:45							
19:00	Powerfitness Beate Kiesel Gerd Billinger	Fitness- und Konditions-gymnastik Heike Kölle		präventive Powerfitness Heike Kölle			
19:15							
19:30			WS-Gymnastik Petra Mayr				Standard und Latein etc. Klaus und Petra Richterich (Erwachsene) TSA
19:45							
20:00	Line Dance Kurse Heidi Völker-Schwiertz TSA	Pilates Matte Edi Chalupny		Functional Training Steffi Kölle			
20:15							
20:30			ZUMBA Hansy Schwartze TSA (ab September)				
20:45							
21:00							
21:15							
21:30							
21:45							
22:00							

weiß unterlegt:
Stunden für alle Vereinsmitglieder offen

Stand: 21.09.2016 (KRi)

blau unterlegt:
zuzahlungspflichtige Kurse auch für Nichtmitglieder