



**Die Zwischenzeiten werden zur Desinfektion genutzt.**

**Die Teilnehmer verlassen bitte nach Sportbetriebsende umgehend die Halle.**

	Uhrzeit	Alter	Ort
<b>Montag</b>			
Mädchen – Turnen	15:00 – 15:45 Uhr	3 - 6 Jahre	Sporthalle
Mädchen – Gerätturnen	16:00 – 17:00 Uhr	ab 7 Jahre	Sporthalle
Mädchengerätturnen – Leistungsgruppe	17:15 – 18:15 Uhr	ab 10 Jahre	Sporthalle
Langhanteltraining	18:30 – 19:20 Uhr		Sporthalle
Volleyball	19:45 - 22:00 Uhr		Sporthalle
<b>Dienstag</b>			
Hockergymnastik	14:00 – 14:45 Uhr		Sporthalle
Ballspiele für Kinder	15:00 – 15:45 Uhr		Sporthalle
Funktionsgruppe	17:30 – 18:15 Uhr	ab 50 Jahre	Sporthalle
Fit & Gesund durch den Tag	18:40 – 19:30 Uhr		Sporthalle
Step-Aerobic für Frauen	19:40 – 20:25 Uhr		Sporthalle
Tanzen	17:00 – 18:15 Uhr	Ab 15 Jahre	Übungsraum im Kiosk im Freibad Rolfshagen
Funktionstraining Trockengymnastik	18:15 – 19:15 Uhr		Übungsraum im Kiosk im Freibad Rolfshagen
<b>Mittwoch</b>			
Eltern-Kind-Turnen	15:30 – 16:45 Uhr	0 - 3 Jahre	Sporthalle
Nordic – Walking	17:00 Uhr im Winter	Treffpunkt	Parkplatz "Süße Mutter"
<b>Donnerstag</b>			
Abenteuerturnen für Jungs	14:30 - 15:15 Uhr	3 - 7Jahre	Sporthalle
Rehasport für Kinder	15:30 - 16:15 Uhr	5 - 7 Jahre	Sporthalle
Rehasport für Kinder	16:30 – 17:15 Uhr	5 - 7 Jahre	Sporthalle
Mountainbike	17:00 Uhr	Treffpunkt	Sporthalle
Allkampf-Jitsu	17:30 – 18:15 Uhr	Kinder & Jugendliche	Sporthalle
Allkampf-Jitsu	18:30 – 19:15 Uhr	Erwachsene	Sporthalle
Jumping Fitness	19:30 – 20:20 Uhr		Sporthalle
Callanetics	19:15 – 20:45 Uhr		Übungsraum im Kiosk im Freibad Rolfshagen
Badminton	20:45 - 22:00 Uhr		Sporthalle
<b>Freitag</b>			
Hobby-Handball / inklusive	14:15 - 15:30 Uhr		Sporthalle Obernkirchen
Tanzen	15:00 – 15:45 Uhr	ab 6 Jahre	Sporthalle
Tanzen	16:00 – 16:45 Uhr	ab 4 Jahre	Sporthalle
Tanzen	17:00 – 17:45 Uhr	ab 10 Jahre	Sporthalle

Faszinierende Faszien	18:15 – 19:15 Uhr	alle	Sporthalle
Hobbyfußball im Winter	20:00 Uhr	alle	Sporthalle
Hobbyfußball im Sommer	19:00 Uhr	alle	auf dem Sportplatz

**Samstag**

Rollschuhgruppe	11:00 - 12:30 Uhr alle 14 Tage		Sporthalle
-----------------	-----------------------------------	--	------------

**Sonntag**

Nordic – Walking im Sommer	09:30 Uhr	Treffpunkt	Parkplatz "Süße Mutter"
-------------------------------	-----------	------------	----------------------------