

Sport-Angebot	Starttermin	Trainingszeit	Sporthalle
Bodyshape		Do 18:30-19:30	AWH
Beckenboden-Gymnastik	ab Mo 06.09.	Mo 17:00-18:00 und Mi 9:00-10:00	VRL
FitÜ30	ab Mo 20.09.	Fr 20:00 – 21:30 Uhr	THD
FitÜ60	ab Mo 06.09.	Mo 19:00-20:00	LH
Hapkido	ab Mi 01. 09.	Mi + Fr 18:30-20:00	LH
Herzsport	ab Di 14.09.	Di 18:45-20:45 Di 20:00-21:30	THD + GZ THD
Jazzdance Epies (10-14 J.)	ab Di 31.08.	Di 18:00-20:00	LH
Jazzdance Ephorica (13–16J.)	ab Di 31.08.	Di 19:00-21:00	LH
Jazzdance EPICA	ab Do 01.09.	Do 19:00-21:00	LH
Jazzdance Flip Feeds (6-11 J.)	durchgehend	Fr 17:00-18:30	VRL
Leichtathletik (6-12 J.)	ab Fr 17.09.	Fr 15:30-17:00	THD bei gutem Wetter auf dem Außengelände
Mädchenturnen Anfänger ab 6 J.	ab Do 16.09.	Do 16:30 -18:00	THD
Leistungsturnen - Aufbaust.	ab Do 16.09.	Mo + Do 17:00-18:30	THD
Leistungsstufe	ab Do 16.09.	Mo + Do 18:00-20:00	THD
Lungensport	ab Mo 20.09	Mo 17:30-19:00	LH (außen oder Foyer)
Meditation	ab Do 16.09.	Do 18:00 – 19:00	GZ
Osteoporose		Mi 10:00-11:00	VRL
Pilates	ab Mo 06.09.	Mo 9:00-10:00 und 19:00-20:00	LH
Reha-Gruppe Diabetes und Krebsnachsorge	ab Mo 13.09.	Mo 14:30-16:00	LH
Sportakrobatik	ab Mo 30.08. ab Mi 15.09.	Mo 16:00 -19:00 Fr 16:00 -20:00 Mi 17:00 – 19:00	LH THD
Sport-Mix für Jungs und Mädchen (6-10 Jahre)	ab Di 21. 09.	Di 15:30 – 16:30	THD
Sport für Menschen mit Behinderung	ab Di 05.10.	Di 18:00-19:30	THD + Schwimmbad
Tanzen für Körper und Geist	ab Mi 15.09.	Mi 15:00-16:30	LH
Tischtennis ab 6 J.	ab Do 02.09.	Mo + Do 17:45-20:00	LH

Tischtennis Erw.	ab Do 02.09.	Mo + Do 20:00-22:00	
Trampolin Anfänger- und Mittelstufe	ab Do 02.09.	Do 17:30-20:30	LH
Trampolin Mittel- und Wettkampfstufe	ab Mi 01.09.	Mi 17:30-20:30 und Fr 17:00-20:00	LH
Trampolin Oldies	ab Do 02.09.	Do 20:15-22:00	LH
Vorschulturnen Eltern-mit-Kind (ab 1,5 J.)	ab Do 16.09.	Do 16:15-17:15	LH
Vorschulturnen Zwerge (3-4,5 Jahre)	ab Do 16.09.	Do 15:00-16:00	LH
Vorschulturnen Riesen (4,5-6 Jahre)	ab Do 16.09.	Do 16:15-17:15	LH
Vitalgymnastik für Frauen	ab Di 14. 09	Di 09:00 – 10:00	LH
Wassergymnastik	frühestens ab Oktober		
Zumba [®]	ab Mo 13.09.	Mo 18:15-19:15 Di 19:00-20:00 Do 19:45-20:45 Sa 10:00-11:00	AWH