Wochenübersicht der Angebote der Abteiung Breitensport (Stand Mai 2023)

hellblau: Angebote für Kinder und Jugendliche / rot: Kurse / grün: durchlaufende Angebote

Start ca	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.00 Uhr					
9.00 Uhr			Walking / Nordic Walking 8.30 - 10.00		
10:00 Uhr		Fitnessmix für Ältere (ab 65 J) (Kurs) 10.00 - 11.00			
11:00 Uhr					
12:00 Uhr					
13:00 Uhr					
14:00 Uhr					
15:00 Uhr	Kinderleichtathletik (ab 4 - 6 J) 15.30 - 16.30	Eltern - Kind - Turnen (2 + 3 J) 14.30 15.30 Miniturnen (3 - 5 J) 15.30 - 16.30			
16:00 Uhr	Kinderyoga 16.00 - 17.00 Kinderturnen (ab 6 J) 16.00 - 17.00 Kinderleichtathletik (6 - 9 J) 16.00 - 17.30		Kinderleichtathletik (6 - 9 J) 16.00 - 17.30		
17:00 Uhr	Leichtathletik (ab 10 J) 17.00 - 18.30 Teenyoga (10 - 13 J) 17.15 -18.15	Gesundes Fitnesstraining (ab 50 J) (Kurs) 16.30 - 17.30 Kinderturnen (Vorschulkinder) 16.30 - 17.30			Walking / Nordic Walking 17.30 - 19.00
18:00 Uhr	Leichtathletik Jugendliche 18.00 - 19.30 Yoga für Erwachsene 18.20 - 19.50		Orientalischer Tanz (Kurs) 18.30 - 20.00 Leichtathletik Jugendliche 18.00 - 19.30		Bewegen statt Schonen (40+) (Kurs) 17.45 - 18.45 Leichtathletik für Erwachsene / Sportabzeichentreff 18.00 - 19.30 Leichtathletik Jugendliche 18.00 - 19.30
19:00 Uhr		Leichtathletik Jugendliche 19.00 - 20.00 Qi - Gong / Tai Chi 19.15 - 20.15 Line Dance 19.15 - 21.30		Energie Dance (Kurs) 19.15 - 20.45 Zirkel - Fit (Kurs) 19.15 -20.15 Badminton 19.30 - 21.00	
20.00 Uhr		Volleyball 20.00 - 22.00	Zumba (Kurs) 20.00 - 21.00	Line Dance (Anfänger) 20.15 - 21.30	