

ÜBUNGSPLAN AB SEPTEMBER



Montag

16:30 – 17:45	Eltern-Kind-Turnen für 1 bis 2-jährige	G-S-Halle	Lisa
18:00 – 19:00	Pilates	Judoraum	Lisa
19:00 – 20:00	Fatburner/Workout	G-S-Halle	Lisa/Isa
19:00 – 20:00	Nette Ladies	Judoraum	Johanna

Dienstag

15:30 – 16:30	Kinderturnen für 4 bis 5-jährige (ohne Eltern)	G-S-Halle	Luisa/Leni
16:30 – 17:30	Eltern-Kind-Turnen für 3-jährige	G-S-Halle	Lisa
16:30 – 17:30	Mini-Nette-Girls	Judoraum	Milena/Mariella
17:30 – 19:00	Prinzengarde	G-S-Halle	Julia/Maya
18:00 – 19:15	TriloChi	Judoraum	Lisa
19:00 – 20:00	Bodymix	G-S-Halle	Karin
19:15 – 20:30	Haster Nette Girls	Judoraum	Luisa/Greta
Ab 18:00	Nordic Walking		freie Gruppe

Mittwoch

10:00 – 11:15	Fitness Gymnastik	Judoraum	Margitta
15:30 – 16:45	Inliner 1. bis 4. Schuljahr	G-S-Halle	Lisa
16:45 – 18:00	Spiel/Spaß/Sport 1.bis 4. Schuljahr	G-S-Halle	Leni
18:00 – 19:00	Funkengarde	G-S-Halle	Toni/Toni
19:00 – 20:00	Haster Nette Girls	G-S-Halle	Luisa/Greta
19:00 – 20:00	Hot Iron 1	G-S-Halle	Isabel
20:00 – 21:00	Tanzgarde	G-S-Halle	Svenja

Donnerstag

15:30 – 16:30	Yoga	Judoraum	Maria
16:00 – 17:00	Inliner 4 bis 6 jährige	G-S-Halle	Lotta
17:00 – 18:00	Vorschulturnen 5 und 6 Jahre	G-S-Halle	Milena
17:00 – 18:00	Sternchengarde	Judoraum	Svenja/Theresa
18:00 – 19:00	WS Gymnastik	Judoraum	Svenja
19:00 – 20:00	Bodymix	G-S-Halle	Isabel
20:00 – 21:00	Tabata (Zirkeltraining)	G-S-Halle	Lena

Freitag

15:00 – 16:00	Kindertanzen 4 bis 6 jährige Mädchen	Judoraum	Lotta
16:00 – 17:00	Bewegungsspiele für Kinder mit und ohne Behinderung	G-S-Halle	Sandra/Team
16:00 – 17:30	Hip Hop Tanzgruppe (3. bis 7. Klasse)	Judoraum	Julia
17:00 – 18:00	Karate (Anfänger)	G-S-Halle	Thomas
17:30 – 18:30	Prinzengarde	Judoraum	Julia/Maya
18:00 – 19:00	Karate (Fortgeschritten)	G-S-Halle	Thomas
18:30 – 19:30	Funkengarde	Judoraum	Toni/Toni