

SPORTHALLE-PROGRAMM



Uhrzeit/ Tage	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag		
09:00									
09:15		Reha Orthopädie							
09:30									
09:45		Reha Wirbelsäulengymnastik							
10:00			Gymnastik für Ältere	Gymnastik für Ältere					
10:15									
10:30		Reha Krebsnachsorge							
10:45									
11:00									
11:15									
11:30				Fit am Vormittag für Frauen					
11:45									
12:00									
12:15									
12:30									
12:45									
15:00		KIBS 1	Eltern-Kind-Turnen 1 - 2 Jahre		KIBS 1				
15:15									
15:30									
15:45				Selbstbehauptung & Selbstverteidigung 6 - 7 Jahre					
16:00		KIBS 2	Kinderturnen Allround 3 - 4 Jahre			KIBS 2			
16:15									
16:30									
16:45									
17:00			Kinderturnen Allround 5 - 6 Jahre	Selbstbehauptung & Selbstverteidigung 8 - 9 Jahre					
17:15									
17:30									
17:45									
18:00	Yoga	Selbstbehauptung & Selbstverteidigung							
18:15									
18:30				Reha Orthopädie					
18:45									
19:00									
19:15									
19:30	Yoga								
19:45									
20:00									
20:15									
20:30									
20:45									