

Sportliches Angebot

Montags:

16:00 - 17:00 - Kleinkinderturnen Gruppe 1

17:00 - 18:00 - Kleinkinderturnen Gruppe 2

18:00 - 19:00 - Walking für Jedermann (nicht im Winter)

19:00 - 20:00 - Indoor-Cyling

Dienstags:

16:00 - 17:00 - Reha-Sport Orthopädie (mit Verordnung)

17:00 - 18:00 - Rücken - Fit

18:00 - 19:00 - Functional Training

19:00 - 20:00 - Fitnessgymnastik Gruppe 1

20:00 - 21:00 - Fitnessgymnastik Gruppe 2

Mittwochs:

17:00 - 18:00 - Turnen für Mädchen und Jungen ab 6 Jahre

19:00 - 20:00 - Hatha - Yoga

Donnerstags:

09:30 - 10.30 - Reha-Sport Orthopädie (mit Verordnung)

10:30 - 11:30 - Eltern - Kind - Turnen (1-3 Jahre)

17:15 - 18:15 - Indoor-Cycling

20:00 - 21:00 - Bodyfitness