

Kinder und Jugend

Eltern-Kind-Turnen:

Dienstag: 15:15-16:30 Uhr, GS

Donnerstag: 15:15-16:30 Uhr, GS

Kindersport, 4-6 Jahre:

Donnerstag: 16:30-18:00 Uhr, GS

Integratives Kinderturnen, ab 4 Jahren:

Dienstag: 16:30-18:00 Uhr, GS

Hobby Horsing, ab 7 Jahren:

Mittwoch: 15:30-17:00 Uhr, GS

Fun & Sport, 7-11 Jahre:

Mittwoch: 17:00-18:15 Uhr, GS

Fitness & Parcour, ab 11 Jahren:

Mittwoch: 18:15-19:30 Uhr, GS

Ballsport, 5-7 Jahre:

Dienstag: 16:00-17:30 Uhr, MS

Ballsport, ab 8 Jahren:

Montag: 16:45-18:15 Uhr, GS

Basketball, ab 12 Jahren:

Montag: 18:15-19:30 Uhr, GS

Tischfußball, Jugend:

Freitag: 18:00-19:00 Uhr, VH

Volleyball, Jugend:

Grundlagen: Montag: 18:00-19:30 Uhr, RS

U20 w: Dienstag: 18:00-20:00 Uhr, MS

Donnerstag: 18:15-20:00 Uhr, MS

U18/20 m: Dienstag: 16:30-18:30 Uhr, FFB

Donnerstag: 16:30-18:15 Uhr, MS

Volleyball

Damen: Montag: 19:30-21:30 Uhr, RS

Mittwoch: 20:00-22:00 Uhr, MS

Herren: Dienstag: 20:00-22:00 Uhr, FFB

Donnerstag: 19:30-21:30 Uhr, RS

Mixed:

Liga: Montag: 19:30-21:30 Uhr, RS

Junge Wilde: Mittwoch: 18:30-20:00 Uhr, MS

Freizeit- und Seniorensport

Seniorensport:

Montag: 18:00-19:00 Uhr, RS

Badminton:

Mittwoch: 20:00-21:30 Uhr, RS

Freizeitfußball:

Samstag: 15:30-17:15 Uhr, VG, ab April

Mittwoch: 20:00-21:30 Uhr, RS, ab Oktober

Freizeitsport:

Donnerstag: 19:30-21:30 Uhr, RS

Tischfußball

Dienstag: 19:00-21:00 Uhr, VH

Freitag: 19:00-21:00 Uhr, VH

Gesundheitssport

Ganzkörpertraining, ab 50 Jahren ++:

Montag: 9:00-10:00 und 10:15-11:15 Uhr, VH

Wirbelsäulengymnastik:

Dienstag: 16:30-17:30 und 20:15-21:15 Uhr, VH

Rückenfit mit Kleingeräten:

Dienstag: 17:45-18:45 Uhr, VH

Body Balance:

Dienstag: 19:00-20:00 Uhr, VH

Sanfte Seniorengymnastik:

Donnerstag: 9:45-10:45 Uhr, VH

Athletic Stretch:

Mittwoch: 19:00-20:00 Uhr, VH

Pilates, Faszientraining und mehr:

Freitag: 18:30-19:30 Uhr, VH

Sport Spezial, zzgl. Extrabeitrag

Yoga:

Montag: 17:30-18:30 und 18:45-19:45 Uhr, VH

Mittwoch: 20:15-21:15 Uhr, VH

Donnerstag: 8:00- 9:05 und 18:30-19:30 Uhr, VH

Dance Fitness:

Dienstag: 18:30-19:30 Uhr, GGS

NEU - Tanz dich fit:

Mittwoch: 9:30-10:30 Uhr, VH

NEU ab März - Mini-Trampolin:

Montag: 18:00-19:00 Uhr, RS

Workout:

Montag: 20:00-21:00 Uhr, VH

Donnerstag: 20:00-21:00 Uhr, VH

Cycling, zzgl. Radgeld, VH-Unterstand:

Montag: 18:30-19:30 Uhr

Dienstag: 18:30-19:30 Uhr

Mittwoch: 18:00-19:00 und 19:00-20:00 Uhr

Freitag: 8:15- 9:15 Uhr

Online-Workout:

Sonntag: 18:30-19:15 Uhr

Online-Pilates:

Donnerstag: 20:30-21:15 Uhr

Kraft & Fitness, zzgl. Extrabeitrag

Montag: 7:00-11:30 und 18:00-21:30 Uhr

Dienstag: 8:00-11:30 und 18:00-21:30 Uhr

Mittwoch: 8:00-11:30 und 18:00-21:30 Uhr

Donnerstag: 7:00-11:30 und 18:00-21:30 Uhr

Freitag: 8:00-11:30 und 18:00-21:30 Uhr

Samstag: 14:00-17:00 Uhr

Sonntag: 9:30-11:30 Uhr

