

Spielhalle					
Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
12.00-13.30 Uhr	belegt	belegt	belegt	Gerätturnen	belegt
16.00-16.45 Uhr	Tischtennis		Gerätturnen	belegt	
17.00-17.45 Uhr	Fußball für MA	Roundnet	Badminton		
18.00-18.45 Uhr	Volleyball	Unihoc		Volleyball	
19.00-19.45 Uhr	Freies Spiel	Latin Dance Fitness	Anfängertraining	Völkerball	
20.00-20.45 Uhr	Kraft-Ausdauer- Zirkel	Akrobatik	Pawlows Glöckchen	Basketball	Volleyball Freies Spiel
21.00-21.45 Uhr					

Gymnastiksaal					
Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
11.30-12.00 Uhr	belegt	Qigong für MA	belegt	belegt	belegt
16.00-16.45 Uhr		Präventions- gymnastik	Capoeira-Fitness	Jonglieren	
17.00-17.45 Uhr	Body Care	Breathe & Flow		Vin Tsun Kung Fu	
18.00-18.45 Uhr	Fitness Workout	Shape your body	Stretch & Strength	Latin Dance Fitness	
19.00-19.45 Uhr	Jazz Dance	Ballett	Qigong	Arnold for everyone	
20.00-20.45 Uhr	Standard und Latein I	Atarashi Jiu Jitsu	Power Punching	Standard und Latein I	
21.00-21.45 Uhr	Standard und Latein II	Boxen	Contemporary Floorwork	Standard und Latein II	

hybrid	Die blau hinterlegten Kurse werden zusätzlich live über ZOOM übertragen. Wenn Sie den Kurs NUR via ZOOM nutzen möchten, müssen Sie sich nicht für den Kurs anmelden, sondern einfach nur dem ZOOM-Meeting beitreten. Sie finden den entsprechenden ZOOM-Link auf unserer Homepage.
--------	--

Andere Sportstätten/Outdoor							
Uhrzeit	Montag	Mittwoch	Donnerstag	Sonntag			
10.00-11.00 Uhr				Brazilian Jiu Jitsu (DJK)			
11.00-12.00 Uhr				Nordic Walking für MA			
12.00-13.00 Uhr							
13.00-14.00 Uhr							
14.00-15.00 Uhr							
16.00-17.00 Uhr					Schwimmen (Bepo-Bad)		
17.00-18.00 Uhr							
18.00-19.00 Uhr					Quidditch (Seminarwiese)	Brazilian Jiu Jitsu (DJK)	Quidditch (Seminarwiese)
19.00-20.00 Uhr					Brazilian Jiu Jitsu (DJK)	Fußball Freies Spiel (Rebdorf)	Volleyball Mannschaftstr. (ehem. Maria- Ward-Halle)
20.00-21.00 Uhr							
21.00-22.00 Uhr							