

Sport und Fitness

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10-12 Uhr		Wirbelsäulensport 10.00-11.00 11.15-12.15 Christa Baxmann				Rehasport Kinder 10.00-11.00 11.00-12.00 Mareike Uhlhorn TH Eltern-Kind Schwimmen 11.00-12.00 Ronni Metsch SH	Wandern 1.+3. Sonntag 11.00 Angela Pieper Petra Eli Arne Raabe
12-17 Uhr	Rehatraining 16.00-17.00 Uwe Ritter MB	Mini Club 15.00-16.00 Sandra Kunzmann SPS Kids Dance 16.00-17.00 Sandra Kunzmann MB	Kinder Turnen/ Schwimmen 15.45-16.45 17.00-17.30 Doris Horn TH	Wassergewöhnung 16.00-17.00 Ann- Katrin & Ingo Baaß	Eltern-Kind Turnen 15:15-16:15 Ann-Katrin Baaß & Kim Kollenbroich TH	Seepferdchenkurs 12.00-13.00 Lena Brockmann & Harry Hellpapp SH Bronze, Silber 13.00-14.00 Lena Brockmann & Harry Hellpapp Baby Schwimmen 14.00-14.30 Lena Brockmann SH	Bekanntgabe des Treffpunktes ca. 5 Tage vor Termin
17-20 Uhr	Tabata 18.30-19.30 Stefanie Seemann MB Wassergymnastik 18:15-19:00 Birgit Schierenstedt SH 19:00-19:45 Harry Hellpapp SH Line Dance 19:30-21:00 Anja Schläger MB	Senioren 17.00-18.00 Margit Uhlhorn MB Functional / Body Power 18:00-19:00 Harry Hellpapp TH Pilates 18.30-19.30 Horst Schulze MB Aqua Fit 19:30-20:15 Ann-Katrin Baaß SH	Rückengymnastik 18.00-19.00 Annika Reiners TH Step Aerobic 19:00-19:45 Claudia Krimmert TH Hula Hoop 19:45-20:30 Maren Stührmann TH	TRX 19.00-20.00 Ann-Katrin Baaß TH Wassergymnastik 19:00-19:45 Claudia Krimmert SH Aqua Fit für Schwangere 20:00-21:00 Ann-Katrin Baaß SH	Discofox Fortgeschrittene 19.30-20.30 Tanzschule Famulla MB		
20-22 Uhr	Aqua Fit XXL 20:00-21:00 Stefanie Seemann SH Kettle Bells 20:00-21:00 Kim Kollenbroich TH	Paartanz 20.00-21.30 Monika Ackermann SPS	Discofox 20.00-21.00 Tanzschule Famulla MB	Discofox 20:30-22:00 Tanzschule Famulla MB	Discofox Club 20.30-22.00 Tanzschule Famulla MB		