



Gymnastik / Tanz

Gesundheitssport

Kinderturnen

Dienstag	16.30-18.00 Uhr	Spielturnen Mädchen 6-10 Jahre In der Grundschulturnhalle
Mittwoch	17.30-19.00 Uhr	Spielturnen Jungen 6-10 Jahre In der Hornisgründehalle
Freitag	15.00-16.00 Uhr	Vorschulturnen 4-6 Jahre in der Grundschulturnhalle
Freitag	16.00-17.00 Uhr	Eltern-Kind-2-4 Jahre in der Grundschulturnhalle
Freitag	17.00-18.00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen „Turnzwerge“ 1-2 Jahre in der Grundschulturnhalle

Montag	16.15-17.30 Uhr	Gymnastik/Tanz Einsteiger für 6-8 Jahre im alten Josefshaus	Montag	20.30-21.30Uhr	Herz-Kreislauf-Training im alten Josefshaus-Frauen 3
Montag	17.30-19.00 Uhr	Gymnastik/Tanz für 9-13 Jahre im alten Josefshaus	Dienstag	18.00-19.00Uhr	Zumba im alten Josefshaus
Montag	19.00-20.30 Uhr	Gymnastik/Tanz Jugendliche ab 14 Jahre im alten Josefshaus	Mittwoch	20.00-21.00Uhr	Gesundheitsgymnastik Frauen 1 im alten Josefshaus
Mittwoch	16.30-18.00 Uhr	Gymnastik/Tanz für 9-13 Jahre im alten Josefshaus	Donnerstag	16.00-17.00Uhr	Seniorengymnastik im alten Josefshaus
Donnerstag	19.00-20.15 Uhr	Gymnastik/Tanz Jugendliche ab 14 Jahre im alten Josefshaus	Donnerstag	18.00-19.00Uhr	Bodystyling im alten Josefshaus
Freitag	16.00-17.00 Uhr	Gymnastik/Tanz Einsteiger für 6-8 Jahre im alten Josefshaus	Donnerstag	20.15-21.30Uhr	Osteoporosevor-sorge im alten Josefshaus – Frauen 2
			Freitag	15.00-16.30Uhr	Sport in der Krebsnachsorge im alten Josefshaus
			Freitag	16.45-18.15Uhr	Sport in der Krebsnachsorge im alten Josefshaus

Freizeitsport

Freitag	18.00-19.00 Uhr	Ballspiel/Fußball In Sporthalle Wagshurst
Freitag	19.00-20.30 Uhr	Basketball in der „Winfried-Rosenfelder-Halle“
Samstag	17.00-20.00 Uhr	Parcours im alten Josefshaus