

| Uhrzeit | Montag | | | | Dienstag | | | | | Mittwoch | | | | Donnerstag | | | | Freitag |
|---------|--|-------------------------------|-----------------|---------------------|---|-----------------|-----------------|-----------------------------------|---------------|--|-----------------|-----------------|------------------------------|-------------------------|-----------------|----------------------|---------------------|----------------------------------|
| | kleiner Hallenteil | 1/3 große Halle | 1/3 große Halle | alte Halle | kleiner Hallenteil | 1/3 große Halle | 1/3 große Halle | alte Halle | Gymnastikraum | kleiner Hallenteil | 1/3 große Halle | 1/3 große Halle | alte Halle | kleiner Hallenteil | 1/3 große Halle | 1/3 große Halle | alte Halle | ganze Halle |
| 09.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 09.30 | | | | | | | | Eltern-Kind 1- bis 3-jährige | Yoga* | Yoga* | | | | | | | | |
| 10.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 10.30 | | | | | | | | Gymnastik für Seniorinnen | | | | | | | | | | |
| 11.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 11.30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 15.30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | 5- / 6-jährige bis 15:45 Uhr |
| 16.00 | | | | | Kindertanz 4-6 Jahre | | | | | Eltern-Kind 1- bis 4-jährige 16:00 - 16:45 Uhr | | | | Miditanz 7-9 Jahre | | Eltern-Kind | | |
| 16.30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | 3- / 4-jährige 16:00 - 16:45 Uhr |
| 17.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 17.30 | | Gerätturnen Buben 6-8 Jahren | | | | | | | | Gerätturnen Buben 6-13 Jahren Leistungsgruppe | | | | Leistungsturnen Mädchen | | Teentanz 10-14 Jahre | | |
| 18.00 | | | | | Leistungsturnen Mädchen 17:00 Uhr - 18:45 Uhr | | | | | | | | | | | | | |
| 18.30 | Volleyball Kids | Gerätturnen Buben 9-13 Jahren | | | | | | Gymnastik und Spiele für Senioren | | | | | | | | | Zumba-Fitness-Kurs* | |
| 19.00 | | | | | | | | | | Jugendliche + Erwachsene weiblich/männlich freies Gerätetraining | | | Pilates für Fortgeschrittene | | | | | |
| 19.30 | Jugendliche + Erwachsene weiblich/männlich Gerätturnen Krafttraining | | | Gymastik für Frauen | | | | | | | | | | | | | | |
| 20.00 | | | | | | | | | | | | | | Badminton | | | Zumba-Fitness-Kurs* | |
| 20.30 | | | | Gymastik für Frauen | | | | | | | | | | | | | | |
| 21.00 | | | | | Basketball Herren | | | Sport und Spiel für Männer | | Freizeit-Volleyball | | | | | | | | |
| 21.30 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| 22.00 | | | | | | | | | | | | | | | | | | |

*Unser Kursangebot

Weitere Informationen ob es gerade ein aktueller Kurs gibt, finden Sie auf unserer Homepage.