

Dienstag

Bülowstraße

Gesundheitssport

- 09:00 - 09:45 Uhr Reha bei Wirbelsäulenerkrankung
10:00 - 10:45 Uhr Reha bei Lungenleiden
11:00 - 11:45 Uhr Reha Neurologie
17:00 - 17:45 Uhr Rehasport für junge Erwachsene
17:15 - 18:00 Uhr Reha bei Wirbelsäulenerkrankung
18:00 - 19:00 Uhr Rückengymnastik vorbeugend
18:00 - 18:45 Uhr Rehasport im Sitzen
19:15 - 20:00 Uhr Resilienz-Sport

Group Fitness

- 18:00 - 19:00 Uhr Bauch-Beine-Po
19:00 - 20:00 Uhr Fit ab 40
19:15 - 20:15 Uhr Deep Work

Kampfsport

- 17:30 - 20:00 Uhr BSC Black-Dragon
19:00 - 20:30 Uhr Systema

Externe Angebote

- 09:30 - 11:00 Uhr Stepptanz

Schulturnhalle Rüsterei

Kinderturnen

- 16:00 - 17:00 Uhr Bambini-Turnen 3-4J
17:00 - 18:00 Uhr Spielturnen Kinder 4-6J

Lehrschwimmbecken Altengroden

Gesundheitssport

- 15:15 - 16:00 Uhr Bewegungsbad