

Sportplatz CI - Bewegungsraum - Belegungsplan / Am Reitplatz 2



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Fu - Sportplatz	Fu - Sportplatz	Fu - Sportplatz	Fu - Sportplatz	Fu - Sportplatz	
09:00 - 09:45 Reha-Sport (Susanne)	09:00 - 09:45 Reha-Sport (Birgit)			09:00 - 10:30 Yoga (Birgit)	
10:00 - 11:00 Fit in die Woche (Susanne)	10:00 - 11:00 Reha-Sport (Birgit)	10:00 - 11:00 Fit-Kraft Circle (BFDler)		11:00 - 12:00 Circular-Gerätetraining Fitnessraum	
16:00 - 17:00 Schwangerschaftssport (Johanna)	17:45 - 18:45 ZUMBA (Heike)		16:30 - 17:15 Taekwon-Do/A. (Henning, Lennard)	18:00 - 19:00 Circular-Gerätetraining Fitnessraum	
16:00 - 18:00 Circular-Gerätetraining Fitnessraum	19:00 - 20:00 Fitnessgym (Anke)	16:30 - 17:30 Lauftreff (Petra)	17:30 - 18:30 Taekwon-Do/F. (Lennard/Henning)	18:30 - 19:30 Functional Tr (Kezia)	
18:00 - 18:45 Reha-Sport (Kezia)	19:00 - 20:00 Circular-Gerätetraining Fitnessraum	18:00 - 19:45 Reha-Sport (Birgit)	19:00 - 19:45 Wirbelsäulengym. (Andreas/Susanne)		
19:00 - 19:45 Reha-Sport (Kezia)		19:00 - 19:45 Aufwärmen/Fitness (Johanna)	20:00 - 21:00 Fitness (Anke)		
20:00 - 21:00 Functional Tr. (Robin)		20:00 - 21:00 Fitness (Johanna)			

Durch die Hygienemaßnahmen kann es vielleicht vorkommen das die Übungseinheiten leicht verkürzt werden müssen.