

Belegungsplan: Sporthalle Schützenbahn (Mitteltrakt)

	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
10							
11				11:00-12:00 Zumba® Shekoofeh Peyvandi , Sania Farhat		11:30-13:00 Volleyball Spiel Fortgeschrittene Christian Buczek	
12		12:30-13:30 Zumba® Shekoofeh Peyvandi	12:00-13:30 Boxen und Fitness AnfängerInnen Willi Braun				
13	13:00-14:00 Power-Workout Stephanie Pütz		13:30-14:30 Bauch und Rücken - NEU! Willi Braun	13:00-14:00 Bauch und Rücken - NEU! Willi Braun			
14	14:00-15:00 Bodystyling Stephanie Pütz	14:00-15:30 Basketball für Frauen Technik/Spiel AnfängerInnen/fortgeschr. Anf. André Scheletter					
15	15:00-16:30 Boxen und Fitness AnfängerInnen Willi Braun		15:00-16:30 Boxen und Fitness AnfängerInnen - ZUSATZKURS! Willi Braun				
16							
17	16:30-17:30 Bauch und Rücken - NEU! Willi Braun	16:30-17:30 Power-Workout Linda Bockholt	16:30-18:00 Functional Training Justus Schneider	17:00-18:00 Power-Workout Linda Bockholt	16:30-17:30 Fit Mix Linda Bockholt		
18	17:30-19:00 Extrem-Fitness - NEU! Willi Braun	17:30-18:30 Bodystyling Linda Bockholt	18:00-19:30 Power-Workout Stephanie Pütz	18:00-19:00 Bodystyling Linda Bockholt			
19	19:00-20:30 Cheerleading Mandy Braun	18:30-20:00 Kick-Boxen AnfängerInnen und Fortgeschrittene Damir Arslanagic	19:30-20:30 Zumba® Nadine Schneider	19:00-20:30 Kick-Boxen AnfängerInnen und Fortgeschrittene Damir Arslanagic	18:30-20:00 Boxen und Fitness AnfängerInnen Willi Braun		
20		20:00-21:30 Thai-Boxen AnfängerInnen und Fortgeschrittene Damir Arslanagic			20:00-21:30 Boxen und Fitness AnfängerInnen Willi Braun		
21	20:30-22:00 Boxen und Fitness Fortgeschrittene Willi Braun		20:30-21:30 Zumba® Nadine Schneider	20:30-22:00 Boxen und Fitness Fortgeschrittene Willi Braun			