Hallenbelegung Sommerferien - 24.-29.6.2024

Zeit	Montag, 24.06.			Dienstag, 25.06.				Mittwoch,26.06.			Donnerstag, 27.06.			Freitag, 28.06.			Samstag, 29.06.		Zeit
	GEO	Halle	Saal	GEO	Schramperweg	Halle	Saal	Schramperweg	Halle	Saal	GEO	Halle	Saal	Halle	Saal	Schramperweg	Halle links	Halle rechts	
9.00-9.30							Körper i. Balance												9.00-9.30
9.30-10.00			BBP							Senioren			Senioren						9.30-10.00
10.00-10.30		Tanzen auf Rollen-Ferienpass-Aktion	Standfest und Vital / Reha			Tanzen auf Rollen-Ferienpass-Aktion	MuKi		Tanzen auf Rollen-Ferienpass-Aktion			Tanzen auf Rollen-Ferienpass-Aktion	Zirkeltraining	Tanzen auf Rollen-Ferienpass-Aktion	Spielkreis		Familien-turnen		10.00-10.30
10.30-11.00													Reha-Sport / Funktionstr.		Best of: Fit für die Gesundheit				10.30-11.00
11.00-11.30																			11.00-11.30
11.30-12.00																			11.30-12.00
12.00-12.30																	Rollkunstlauf: Kürtraining		12.00-12.30
12.30-13.00																			12.30-13.00
13.00-14.00													Reha-Sport (ab 13.30h)						13.00-14.00
14.00-14.30			Osteoporose-Selbsthilfe																14.00-14.30
14.30-15.00													Faszientraining u. Entspannung						14.30-15.00
15.00-15.30																			15.00-15.30
15.30-16.00			Rheuma-Liga										Funktionstrai-ning f. Frauen						15.30-16.00
16.00-16.30						Fußball-Oldies (16.15-17.15h)			Gerätturnen: Anfänger (16-17h), ab 7 J. (17-18.30h), Trampolin (ab 16.30h)			Kinderturnen 3-5 J.				Reha-Sport		16.00-16.30
16.30-17.00			Fit 60+							Zumba					Latin- u. Pop-Dance	Funktions-traing			16.30-17.00
17.00-17.30	Tischtennis Kinder (17.15-18.15h)		Reha-Sport f. Frauen									Kindeturnen 6-9 J.	Rückenfit						17.00-17.30
17.30-18.00								Faszientrai-ning (18.15-19.15 h)		Reha-Sport									17.30-18.00
18.00-18.30				Tischtennis Jugend (bis 18.45h)							Tischtennis Jugend (bis 18.45h)		Bewegung nach Feldenkrais (bis 19.15h)	Volleyball 3. Damen (18.15-20.15 h)	Yoga (17.45 - 19.00 h)				18.00-18.30
18.30-19.00		Volleyball 3.Da (18-20h), 4. Da (18-19.45h)			BBP	Trampolin (bis 20.30 h)						VoBa 3./4. Da/ 3. H. (18.30-20.15h), 1. Da (18.30-20h), 2. Da (20-22h), 1.+2.H. + Hobby (20.15-22h)							18.30-19.00
19.00-19.30			WS-Gym				Wildgans-Qi-Gong für ehemalige TN		Badminton: Aufbau-, Grundlagen (bis 20 h), freies Spielen										19.00-19.30
19.30-20.00					Funktionstr. (19.30 - 20.15 h)			Fitness Er + Sie (19.15-20.15 h)							Tanzen für Anfänger und freies Training				19.30-20.00
20.00-20.30																			20.00-20.30
20.30-21.00		Badminton freies Spielen (19.45-22 h)	Step-Aerobic			VoBa 2. H. (ab 20.15h), Hobby (ab 20.30h)								Volleyball 2. Herren (20.15-22h)					20.30-21.00
21.00-21.30				Tischtennis Erwachsene (ab 18.45 h)			Reha-Sport				Tischtennis Erwachsene (ab 18.45 h)		Gesellschafts-Tanz						21.00-21.30
21.30-22.00																			21.30-22.00
Outdoor am TuS	11.00 - 12.00 Calisthenic	Drücken, ziehen, schieben: alles, was die Muskeln lieben (bei Regen: TuS-Halle)									11.00 - 12.00 Calisthenic	Drücken, ziehen, schieben: alles, was die Muskeln lieben (bei Regen: TuS-Halle)							
								18.00 - 19.00 Calisthenics	Einführung in die Benutzung		15.00 - 16.00 Sportbox	Qualifiziertes Gerätetraining							
	Halle Feststraße: Volleyball																		
	18.15-20.00	2. Damen	3.H. (19-20.30h)																
	20.00-22.00	1. Damen	1. H. (20.30-22h)																
Fußball	**Kennedyplatz 1 + 2**			**Kennedyplatz 2**				**Kennedyplatz 1**			**Kennedyplatz 2**			**Kennedyplatz 1 + 2**					
	20.30-22.00	Herren 1, Ü32		20.30 - 22.00	Herren 2			20.30 - 22.00	Ü40		20.30 - 22.00	Ü32		19.00 - 22.00	Herren 1 + 2 abwechselnd				