Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
			9.00 - 10.30 Uhr Nordic Walking (Bolzplatz Schloßheide)		
			9.00 - 10.00 Uhr Rückengymnastik*		Am letzten Samstag im Monat: Wandern Senioren
			10.15 - 11.15 Uhr Rückengymnastik*		
			11.30 - 12.30 Uhr Rückengymnastik*		
					Am zweiten Samstag im Monat: Wandern Gruppe 2
	15.15 - 16.00 Uhr Kinderturnen 4-6 Jahre				
15.30 - 16.15 Uhr Kinderturnen 6-10 Jahre		15.30 - 16.15 Uhr Eltern + Kind Turnen 1-3 Jahre			
	16.15 - 17.00 Uhr Eltern + Kind Turnen 2-3 Jahre				
		16.30 - 17.30 Uhr Tischtennis für Knder 6-9 Jahre			
	17.30 -18.45 Uhr Tischtennis für Erwachsene				
18.00 - 19.00 Uhr Gymnastik für Damen		18.00 - 19.00 Uhr Pilates*			
	19.00 - 20.15 Uhr Step-Aerobic	19.05 - 20.05 Uhr Gesund durch Beweglichkeit	19.00 - 20.15 Uhr Bauch-Beine-Po-Dehnen		
	20.00 - 21.00 Uhr Gymnastik für Damen				

Schulturnhalle: Niclas-Vogt-Straße, Johannisberg

Vereinsturnhalle Jahnstraße 6, Johannisberg

* Kurssystem mit Gebühr