

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
	8.30 - 9.30 Uhr "Fit in den Tag" (ganzh. Training + Rücken)				
			9.00 - 10.00 Uhr Rückengymnastik 1 *	9.00 - 10.00 Uhr Pilates*	
			10.15 - 11.15 Uhr Rückengymnastik 2 *		10.00 - 11.30 Uhr Tischtennis für Kinder ab 7 Jahre
					11.30 - 13.00 Uhr Tischtennis für alle - ohne Übungsleiter
15.00 - 16.00 Uhr Kinderturnen ab 6 Jahre					
	15.15 - 16.15 Uhr Kinderturnen 4-6 Jahre			15.15 - 16.10 Uhr Eltern-Kind "Kleine Athleten" (4-6 Jahre)	Am letzten Samstag im Monat:
16.10 - 17.10 Uhr Eltern-Kind-Turnen II 1-3 Jahre	16.20 - 17.15 Uhr Eltern-Kind Turnen I 2-3 Jahre	16.30 - 17.30 Uhr Tischtennis für Kinder ab 7 Jahre			Wandern Senioren
	17.30 - 18.30 Uhr Yoga**		16.45 - 17.45 Uhr Zirkus Joy*** ab 1. Klasse		
		18.00 - 19.00 Uhr Rückenfit 1*	18.00 - 19.00 Uhr Yoga**		Am zweiten Samstag im Monat:
	17.30 - 18.45 Uhr Tischtennis für alle - ohne Übungsleiter	19.15 - 20.15 Uhr Rückenfit 2*	19.00 - 20.00 Uhr Bauch-Beine-Po	19.00 - 21.00 Uhr Tischtennis für Erwachsene	Wandern Gruppe 2
	19.00 - 20.00 Uhr Gymnastik für Damen		20.05 - 21.00 Uhr Funktionsgymnastik für alle		
20.00 - 22.00 Uhr Tischtennis für Erwachsene	19.00 - 20.15 Uhr Step-Aerobic				

Schulturnhalle: Niclas-Vogt-Straße, Johannisberg

Vereinsturnhalle Jahnstraße 6, Johannisberg

* Kurssystem m. Gebühr: 50 € für 10 Einheiten

** Kurssystem m. Gebühr: 40 € für 10 Einheiten (für Nicht-Mitgl.: 70 €)

*** Kurssystem m. Gebühr: 35 € für 10 Einheiten (für Nicht-Mitgl.: 50 €)