

Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa
	9.00 - 10.00 Uhr Fit im besten Alter - Fitness Ü60		9.00 - 10.00 Uhr Sturzprävention*	9.00 - 10.00 Uhr Pilates*	
			10.15 - 11.15 Uhr Rückengymnastik*		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 8-10 Jahre		15.00 - 16.00 Uhr Kinderturnen 6-8 Jahre			
16.10 - 17.10 Uhr Eltern-Kind-Turnen II 1- 3 Jahre	15.15 - 16.15 Uhr Kinderturnen 4-6 Jahre				Am letzten Samstag im Monat: Wandern Senioren
	16.20 - 17.15 Uhr Eltern-Kind Turnen I 2-3 Jahre	18.00 - 19.00 Uhr Sturzprävention*			
18.00 - 19.00 Uhr Yoga**	17.30 - 19.00 Uhr Tischtennis für alle - ohne Übungsleiter	18.00 - 19.30 Uhr Tischtennis für Kinder ab 7 Jahre	18.00 - 19.00 Uhr Yoga**		Am zweiten Samstag im Monat: Wandern Gruppe 2
19.15 - 20.15 Uhr Fit in die Woche	19.00 - 20.00 Uhr Gymnastik für Damen	19.15 - 20.15 Uhr Rückenfit*	19.00 - 20.00 Uhr Body Workout	19.00 - 21.00 Uhr Tischtennis für Erwachsene	
	19.00 - 20.15 Uhr Step-Aerobic	19.30 - 22.00 Uhr Tischtennis für Erwachsene	20.05 - 21.00 Uhr Funktionsgymnastik für alle		

Schulturnhalle: Niclas-Vogt-Straße, Johannesburg

Vereinsturnhalle Jahnstraße 6, Johannesburg

* Kurssystem m. Gebühr: 50 € für 10 Einheiten

** Kurssystem m. Gebühr: 50 € für 10 Einheiten (für Nicht-Mitgl.: 70 €)