

Kursraumplan 1.Halbjahr 2025

Uhrzeit	Montag				Dienstag				Mittwoch				Donnerstag				Freitag				Samstag				Sonntag	
	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 4	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 4	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 4	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 4	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 4	Raum 1	Raum 2	Raum 3	Raum 4	Raum 3	Raum 4
08:00																										
09:00						09:00 - 09:55 Fit und Gesund Gudrun Kurs 2.01										9:00 - 9:55 Rückenfit Julia Kurs 4.01		9:00 - 9:55 Fit und Gesund Gudrun Kurs 5.01				09:15-10:10 Pilates I Vera Kurs 6.01				
10:00	10:00 - 10:55 Krabbelmis 3-8 Monate Christine Kurs 1.02	09:30 - 10:25 Rückbildung Ricarda Kurs 1.01			10:00 - 10:55 Krabbelmis und -maxis 3-12 Monate Christine Kurs 2.03	10:00 - 10:55 Sanfte Gymnastik 75+ Gudrun Kurs 2.02	10:00-10:45 Reha Ortho 02 Alena	10:00 - 11:00 Herzsport 06 Jochen		10:00 - 10:55 Fit-Mix Daniela Kurs 3.01		10:00 - 10:45 Reha Ortho 06 Julia	09:30 - 10:25 Mobil + Fit 60 Jahre+ Klaus Kurs 4.02	10:00-10:45 Reha Ortho 12 Ricarda	10:00 - 10:45 Musikminis 0-2 Jahre Christine, 4.04	10:00 - 10:45 Reha Ortho 10 Julia	09:30-10:15 Reha Ortho 15 Alena	10:00 - 10:55 Purzelturnen 5-12 Monate Anke Kurs 5.02			10:00 - 10:55 Ballsport-Minis 3-5 Jahre Marko Kurs 6.03	10:00 - 10:55 Ninja-Minis Anna Kurs 7.01				
11:00	11:00 - 11:55 Babymassage ab 6 Wochen Christine Kurs 1.04	10:45 - 11:40 Mama-Fitness mit Baby Ricarda Kurs 1.03			11:00 - 11:45 Musikminis 0-2 Jahre Christine, 2.04		11:00-11:45 Reha Ortho 03 Alena	11:00 - 12:00 Herzsport 07 Jochen				11:00 - 11:55 Rückenfit Julia Kurs 3.02	11:00 - 11:55 Purzelturnen 8-15 Mon. Julia Kurs 4.03			11:00 - 11:45 Reha Ortho 11 Julia	10:30-11:25 Reha Ortho 16 Alena	11:00 - 11:55 KK-Turnen 12-24 Monate Anke Kurs 5.03			11:00 - 11:55 Ninja-Kids Marko Kurs 6.04	11:00 - 11:55 Ninja-Kids Anna Kurs 7.02				
12:00				Schule																			12:00 - 12:55 Spezialkräfte Training Vivien Kurs 6.05			
13:00																										
14:00										14:00 - 14:45 Reha Ortho 07 Alena																
15:00				15:00 - 16:00 Herzsport 01 Jochen	15:00-15:45 Lungensport 01 Alena				15:00-15:45 Lungensport 02 Alena																	
16:00	16:00 - 16:55 Fit 4 ever 50+ Svenja Kurs 1.07	16:00 - 16:45 Reha Ortho 01 Julia	15:30 - 16:55 Cheerleading Chanti Kurs 1.08	16:00 - 17:00 Herzsport 02 Jochen		16:00 - 16:55 KK-Turnen 12-24 Monate Anke Kurs 2.06	TUSEM Taekwondo	15:30 - 16:30 Herzsport 08 Monika		15:30 - 16:30 Elternkind- Turnen 15-36 Monate Julia, Kurs 3.03	16:00 - 16:55 Ninja-Minis Chanti Kurs 3.05		16:00 - 17:00 Hip Hop ab 9 Inga Kurs 4.06	16:00 - 17:00 KK-Turnen 18-36 Monate Anke Kurs 4.05			16:30 - 17:25 Bauch, Beine, Po Halima Kurs 5.10	16:30 - 17:25 Kindertanz 4-5 Jahre Heike Kurs 5.05			16:00 - 16:55 Ballsport-Maxis 6-8 Jahre Julien, Kurs 5.07					
17:00	17:00 - 18:30 Fullbody-Stretch Chanti Kurs 1.10	17:00 - 17:55 Fit 4 ever 50+ Svenja Kurs 1.08		17:00 - 18:00 Herzsport 03 Jochen	17:00 - 17:55 Fit und Gesund Gudrun Kurs 2.07				16:30 - 17:30 Herzsport 09 Monika	17:00-17:45 Reha Ortho 08 Alena	16:30 - 17:30 Elternkind- Turnen 36-48 Monate Julia, Kurs 3.04		17:00 - 18:30 Fullbody-Stretch Chanti Kurs 3.06	17:00 - 18:00 Hip Hop ab 11 Inga Kurs 4.07		16:30 - 18:00 Bodenturnen 5- 8 Jahre Anna Kurs 4.09		17:30 - 18:25 Zumba Halima Kurs 5.11	17:00 - 17:55 Soccer Fitness 8-12 Jahre Julien, Kurs 5.08							
18:00	TUSEM Taekwondo	18:00 - 19:10 Step-Fit Svenja Kurs 1.09		18:00 - 19:00 Herzsport 04 Jochen	18:00 - 18:55 Fit und Gesund Gudrun Kurs 2.08	18:00 - 18:45 Reha Ortho 04 Julia	18:00 - 19:00 QiGong Hubert Kurs 2.09	17:30 - 18:30 Herzsport 10 Monika	18:00-18:45 Reha Ortho 09 Alena	18:00-19:00 Bodyworkout Britta Kurs 3.07		18:00 - 19:00 Hip Hop ab 13 Inga Kurs 4.08	18:00 - 18:55 Ninja-Kids Anna Kurs 4.10	18:00 - 18:45 Reha Ortho 13 Wendy			18:00 - 18:55 Ninja-Teens Julien Kurs 5.09									
19:00			18:45 - 19:40 Bodyworkout Blanka Kurs 1.12		19:00 - 19:55 Fit und Gesund Gudrun Kurs 2.10	19:00 - 19:45 Reha Ortho 05 Julia	KRAY MARGA	18:30 - 19:30 Ernährungs-sport Chanti Kurs	LA	19:00 - 19:55 Reha Ortho 05 Klaus Kurs 3.08		19:00-19:45 Reha Ortho 14 Alena	19:00 - 20:00 Zumba Saskia Kurs 4.11													
20:00			19:15 - 20:10 Body power Jennifer Kurs 1.13											19:20 - 20:15 Bodypower Silke Kurs 4.12												
21:00		20:15 - 21:10 Pilates I+II Vera Kurs 1.15				20:00 - 20:55 Zirkeltraining Barbara Kurs 2.12																				

19:00 - 20:00, Ernährungskurs, Chanti, Kurs, Besprechungsraum 15:00 - 15:55, KK-Turnen, 24-36 Mon., Anke, Kurs 2.05, SHM 15:00-15:45 UH, Aesopower, TC RAWA, Kurs 5.06, Kurs 5.06 Stand: 03.12.2024

Ausdauer & Kraft & Fitness	Gesundheit	Rehasport Lungensport	Rehasport Ortho	Ruhe & Kraft	Kinder	Tanz / Fitness	TUSEM	Vermietung
		Rehasport Herzsport		Ninja				