

Kursraumplan 1.Halbjahr 2026

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																											
	09:30 - 10:25 Krabbelminis 3-8 Monate Christine Kurs 1.02	09:15 - 10:15 Rückbildung Ricarda Kurs 1.01	09:45-10:15 Reha Ortho 19 Nicole										09:30 - 10:25 Mobil + Fit 60 Jahre+ Klaus Kurs 4.02				09:30-10:15 Reha Ortho 16 Alena		09:15-10:10 Pilates I Vera Kurs 6.01								
10:00	10:30 - 11:25 Babymassage ab 6 Wochen Christine Kurs 1.04	10:30 - 11:30 Mama-Fitness mit Baby Ricarda Kurs 1.03			10:00 - 10:55 Krabbelminis 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 Silke Kurs 3.01	10:00 - 10:45 Reha Ortho 06 Julia					10:00 - 10:45 Musikminis 0-2 Jahre Christine, 4.04	10:00 - 10:45 Reha Ortho 13 Julia			10:00 - 10:55 Purzelturnen 5-12 Monate Anke Kurs 5.02	10:00 - 11:00 Balance Fit mit Nanette Kurs 6.03					10:00 - 10:55 Ninja-Minis Anna Kurs 7.01		
11:00					11:00 - 11:45 Musikminis 0-36 Monate Christine, 2.04	11:00-11:45 Reha Ortho 0 Ricky 18	11:00-11:45 Reha Ortho 03 Alena	11:00 - 12:00 Herzsport 07 Jochen		11:00 - 11:55 Reha Ortho 07 Julia					11:00 - 11:55 Purzelturnen 8-12 Mon. Julia Kurs 4.03	11:00 - 11:45 Reha Ortho 14 Julia			11:00 - 11:55 KK-Turnen 12-24 Monate Anke Kurs 5.03				10:30-11:25 Pilates II Vera Kurs 6.02		11:00 - 11:55 Ninja-Kids Anna Kurs 7.02		
12:00				Schule																							
13:00																											
14:00											14:00 - 14.45 Reha Ortho 08 Alena																
15:00				15:00 - 16:00 Herzsport 01 Jochen	15.00-15.45 Lungensport 01 Alena				15.00-15.45 Lungensport 02 Alena						15:15 - 16:00 Musikminis 0-36 Monate Christine, 4.13				15:30 - 16:25 Kindertanz 3-4 Jahre Helke Kurs 5.04					15:00 - 15:55 Ballsport-Minis 5-8 Jahre Marko Kurs 6.03			
16:00		16:00 - 16:55 Fit 4 ever 50+ Svenja Kurs 1.07		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 - 17:00 Hip Hop ab 9 Inga DDC	16:00 - 17:00 KK-Turnen 18-36 Monate Anke Kurs 4.05	16:05 - 16:50 Musikminis 0-36 Monate Christine, 4.14			16:30 - 18:00 Bodenturnen (Anfänger) 5-8 Jahre Anna Kurs 4.15									
17:00		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 09 Alena	16:30 - 17:30 Elternkind- Turnen 36-48 Monate Julia, Kurs 3.04		17:00-18:00 Cross Funct. Training Britta Kurs 3.10	17:00 - 18:00 Hip Hop ab 11 Inga DDC		17:00 - 18:00 Ninja-Minis Julia Kurs 4.10	16:30 - 18:00 Bodenturnen (Fortgeschritte ne) 5-8 Jahre Anna Kurs 4.09	16:30 - 17:25 Bauch, Beine, Po Halima Kurs 5.10	16:30 - 17:25 Kindertanz 4-5 Jahre Helke Kurs 5.05									
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 10 Alena		18:00-19:00 Bodyworkout Britta Kurs 3.07	18:00 - 19:00 Hip Hop ab 13 Inga DDC		18:15 - 19:10 Ninja-Kids Anna Kurs 4.16			17:30 - 18:25 Zumba Halima Kurs 5.11									
19:00		19:00 - 20:00 Body power Jennifer Kurs 1.13		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		19:00 - 19:55 Zumba Wiebke Kurs 2.11		19:00 - 19:55 Mobil + Fit 40- 60 Klaus Kurs 3.08			19:00-19.45 Reha Ortho 15 Alena	19:20 - 20.15 Bodypower Silke Kurs 4.12		19:00 - 19:55 Zumba Saskia Kurs 4.11	TUSEM Taekwondo										
20:00		20:15 - 21:10 Pilates I+II Vera Kurs 1.15		19:30 - 20:25 Tabata Barbara Kurs 1.14		20:00 - 20:55 Zirkeltraining Barbara Kurs 2.12	19:15 - 20:30 Tabata Silke Kurs 1.14				20:00 - 21:30 Yoga mit Nanette Kurs 3.09																
21:00																											
					15:00 - 15:55, KK-Turnen, 24-36 Mon., Anke, Kurs 2.05, KSSH										15:00- 15:45 Uhr , Aquapower, TC RAWA, Kurs 5.06					Stand: 15.11.2025							
Ausdauer & Kraft & Fitness					Gesundheit					Rehasport Lungensport					Rehasport Ortho					Ruhe & Kraft					Kinder		
															Tanz / Fitness					TUSEM					Vermietung		