

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						09:00 - 09:55 Fit und Gesund Gudrun Kurs 2.01										9:00 - 9:45 Reha Ortho 11 Julia		9:00 - 9:55 Fit und Gesund Gudrun Kurs 5.01				09:15-10:10 Pilates I Vera Kurs 6.01				
10:00	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		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			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 13 Julia	09:30-10:15 Reha Ortho 16 Alena	10:00 - 10:55 Purzelturnen 5-12 Monate Anke Kurs 5.02		10:00 - 11:00 Balance Fit mit Nanette Kurs 6.03		10:30-11:25 Pilates II Vera Kurs 6.02				
11:00	10:30 - 11:25 Babymassage ab 6 Wochen Christine Kurs 1.04	10:30 - 11:30 Mama-Fitness mit Baby Ricarda Kurs 1.03			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	10:30-11:15 Reha Ortho 17 Alena	11:00 - 11:55 KK-Turnen 12-24 Monate Anke Kurs 5.03								
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	15:30 - 16:30 Elternkind- Turnen 15-36 Monate Julia, Kurs 3.03					15:15 - 16:00 Musikminis 0-36 Monate Christine, 4.13	15:30 - 16:30 Bodenturnen (Anfänger) 5-8 Jahre Anna Kurs 4.15		15:30 - 16:25 Kindertanz 3-4 Jahre Heike 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+ Asti 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		16:30 - 17:30 Elternkind- Turnen 36-48 Monate Julia, Kurs 3.04		17:00-18:00 Cross Funct. Training Britta Kurs 3.10	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 (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 Heike Kurs 5.05	16:30 - 17:25 Ninja-Minis Anna Kurs 5.12							
17:00	16:30 - 17:15 Reha Ortho 21 Anna	17:00 - 17:55 Fit 4 ever 50+ Asti 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 - 18:00 Hip Hop ab 11 Inga DDC		17:00 - 18:00 Ninja-Minis Julia Kurs 4.10											
18:00		18:00 - 19:00 Step-Fit Bettina 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 - 18:55 Mobil + Fit 40- 60 Klaus Kurs 3.11		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		TUSEM Taekwondo	17:30 - 18:25 Zumba Halima Kurs 5.11	17:30 - 18:25 Ninja-Kids Anna Kurs 5.13							
19:00	TUSEM Taekwondo	19:00 - 20:00 Body power Jennifer Kurs 1.13		18:30-19:30 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										
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 2.13					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: 19.01.2026						
Ausdauer & Kraft & Fitness					Gesundheit					Rehasport Lungensport					Rehasport Ortho					Ruhe & Kraft					Kinder	
															Tanz / Fitness					TUSEM					Vermietung	
										Rehasport Herzsport					Ninja											