

Gruppe	Tag	Start	Ende	Ort	Leitung	Bemerkung
<u>Fitness-Gymnastik</u>						
-						
Fitness für Jedermann	Montag	9:30	10:30	Lüttkoppel	Petra Brannasch	
Power-Fit	Dienstag	19:00	20:30	Schluchtweg 1	Petra Brannasch	
Power-Fit	Dienstag	20:15	21:15	Schlehdornweg 10, Saal 2	Birgit Abend	
Power-Fit + Volleyball	Donnerstag	20:00	21:30	Eschenweg 1	Maren Heins	
Power-Fit	Freitag	18:45	20:15	Schlehdornweg 10, Saal 1	Birgit Abend	
<u>CrossTraining***</u>	Donnerstag	19:30	21:00	Erdkampsweg 89	Maike Klaus	
<u>Fit ab 50</u>						
Gymnastik für Jedermann	Donnerstag	10:15	11:15	Lüttkoppel	Raya Hauschild	
Gymnastik für Jedermann	Donnerstag	18:30	19:30	Erdkampsweg 89	Maike Klaus	
Gymnastik für Frauen	Dienstag	11:15	12:15	Lüttkoppel	Petra Brannasch	
<u>Yoga</u>						
Hatha-Yoga	Montag	19:00	20:15	Lüttkoppel	Stefanie Zimmer	Bewegungsraum der Kita
Hatha-Yoga	Montag	20:15	21:30	Lüttkoppel	Stefanie Zimmer	Bewegungsraum der Kita
Yoga	Mittwoch	19:30	21:00	Neubergerweg 10	Britta Bahr	kleine Halle
Yoga	Mittwoch	20:15	21:30	Schluchtweg 1	Kirsten Bergmann	kleine Halle
Power Yoga	Donnerstag	19:30	21:00	Neubergerweg 10	Sabine Dreher	kleine Halle
Pilates	Mittwoch	19:00	20:00	Schluchtweg 1	Melanie Ostendorf	kleine Halle
<u>Cheerleading</u>						
Cheerleading ab 16 Jahre	Mittwoch	20:00	21:30	Eschenweg 1	Jenny Barucha / Linda Heider	
Cheerleading ab 16 Jahre	Freitag	20:00	21:30	Eschenweg 1	Jenny Barucha / Linda Heider	