

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Sonntag	
08:15	Yoga <sup>x3</sup>	08:30	Gerätezirkel	08:30	Bodystyle mit Kinderbetreuung*	09:00	Wassergymnastik <sup>x1</sup>	09:00	Gerätezirkel		
09:45	Yoga <sup>x3</sup>	08:30	Step Workout <sup>x4</sup>	09:30	Seniorensport	09:00	Rückenfit	09:00	Männer Ü60		
		09:30	Eltern-Kind-Turnen <sup>x3</sup> 1-3 Jahre	09:45	Jumping	09:00	Eltern-Kind-Turnen <sup>x3</sup> 1-3 Jahre			10:00	Jumping Fitness
15:00	Eltern-Kind-Turnen <sup>x3</sup> 1-4 Jahre	14:30	Kindertanz <sup>x1</sup> 3-6 Jahre	15:00	Eltern-Kind-Turnen 1-4 Jahre	15:00	Kinderturnen 4-6 Jahre	16:00	Kindertanz <sup>x1</sup> 3-6 Jahre	<u>Kursdauer:</u> Standard = 60 Min x1 = 45 Min x2 = 55 Min x3 = 75 Min x4 = 90 Min	
16:00	Jumping Teens 11-14 Jahre	15:15	Kindertanz <sup>x1</sup> 3-6 Jahre	16:00	Eltern-Kind-Turnen 1-4 Jahre	15:30	Kindertanz <sup>x1</sup> 5-7 Jahre	17:00	Urban Dance ab 12 Jahre		
17:00	Bodystyle	16:30	Mädchenturnen 6-10 Jahre	16:00	Dance Kids 6-9 Jahre	16:00	Kinderturnen 4-6 Jahre	18:00	Urban Dance ab 16 Jahre		
18:00	Jumping Fitness	17:30	Basketball Jugend 10-15 Jahre	17:00	Dance Teens 10-12 Jahre	16:00	Jungenturnen 6-10 Jahre	19:00	Lady Like ab 18 Jahre		
18:45	Wasser- gymnastik <sup>x1</sup>	18:00	Bodystyle	18:00	Pilates	16:15	Kindertanz <sup>x1</sup> 3-5 Jahre			<u>Veranstaltungsort der Kurse</u>	
19:30	Power-Wasser- gymnastik <sup>x1</sup>	18:30	Basketball <sup>x4</sup>	19:00	Step	17:00	Kindertanz <sup>x1</sup> 3-5 Jahre			Rathausplatz 15 - Kurs	
19:00	Functional Training	19:00	Jumping & Core	19:00	Gerätezirkel	18:00	Jumping Fitness			Rathausplatz 15 - Zirkel	
20:00	Zumba	19:00	Gerätezirkel	20:00	Bodystyle	19:00	Yoga			Rathausplatz 15 - Kids	
		20:00	Sport für Männer			19:00	Gerätezirkel			Westmünsterlandhalle	
						20:00	Gerätezirkel (Männer-Kurs)			Turnhalle Marienschule	
						20:00	Jumping Fitness			Lehrschwimmbecken Marienschule	

\* nur nach vorheriger Anmeldung

Stand: 02.08.2024