

Belegungsplan: Mattenraum, Sporthalle Falkenburg 16.04.18 - 13.07.18 (Schließung: 01.05./10.05./11.05./21.05.18)

	Mo	Di	Mi	Do	Fr
6					
7					
8		07:30-08:15 SB Fit in den Tag (witterungsbedingte Variante)		07:30-08:15 SB Fit in den Tag (witterungsbedingte Variante)	
9		09:00-10:00 7001 HSV Gesundheitssport	08:00-09:30 4012 Aikido Claudia Buder , Benjamin Burse		
10	09:30-10:30 7001 HSV Gesundheitssport	10:15-11:15 7001 HSV Gesundheitssport	09:40-10:40 2051 Herz-Kreislauf-Training 50plus Vroni Schmiedel		
11			10:50-11:50 2061 Multifitness 50plus Vroni Schmiedel		
12			12:05-12:35 1031 Bauch weg		
13				13:00-14:15 1194 Yoga Vinyasa Fortgeschrittene Haya Romanowsky	
14					
15		14:30-16:00 1221 Full Body Workout Ivonne Hartmann		14:30-15:30 1091 Meditation Haya Romanowsky	
16		16:00-17:00 1131 Qi Gong Anne Delakowitz	15:30-16:30 2041 Funktionsgymnastik 40plus Dr. Uwe Türk-Noack		16:00-17:00 7001 HSV Gesundheitssport
17	17:15-18:15 1182 Fitmix-Functional Frauen/Männer Julia Jordan	17:15-18:30 1191 Yoga Hatha Anfänger Oliver Räumelt	16:45-17:45 1151 Rücken-Fit Bianca Menge	16:45-17:45 SB HSV Gesundheitssport	17:15-18:15 7001 HSV Gesundheitssport
18	18:25-19:10 1092 Stretching Julia Jordan	18:40-20:10 1192 Yoga Hatha Fortgeschrittene Oliver Räumelt		18:00-19:00 1071 Feldenkrais Rebekka Dusdal	18:30-20:00 1171 Tai Chi Chuan Anf./Fortg. Stephan Potengowski
19	19:20-20:20 1193 Yoga Hatha Anfänger Ellen Meyer		19:15-20:30 4031 Ju-Jutsu Jürgen Schneider		
20	20:30-21:45 4011 Aikido Claudia Buder , Benjamin Burse	20:20-21:35 4021 Judo Anf./Fortg. Katharina Bartholomaeus			
21					
22	Hallenschließung 22:20 Uhr	Hallenschließung 22:40 Uhr	Hallenschließung 22:20 Uhr	Hallenschließung 22:00 Uhr	Hallenschließung 22:00 Uhr