

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:30 - 09:30 Fit in die Woche Jahnhalle	08:30 - 09:30 Pilates & Faszientraining Jahnhalle	08:15 - 09:15 Rehasport Jahnhalle	08:30 - 09:15 Rehasport Jahnhalle	Feiertag
09:30 - 10:30 Rehasport Jahnhalle	09:30 - 10:30 Rehasport Jahnhalle	09:15 - 10:00 Gesundheitssport Jahnhalle	09:20 - 10:20 flacher Bauch-starker Rücken Jahnhalle	
10:30 - 11:30 Gesundheitssport Jahnhalle	10:30 - 11:30 Rehasport Jahnhalle	10:00 - 11:00 Step + Joyrobic Jahnhalle	10:30 - 11:30 Rehasport Jahnhalle	
11:30 - 13:30 Seniorentanz Jahnhalle		11:00 - 12:00 Rehasport Jahnhalle	11:30 - 12:30 Rehasport Jahnhalle	
15:00 - 15:45 Rehasport Jahnhalle	15:00 - 16:00 Frauenfitness 55+ Jahnhalle	14:30 - 15:30 Reha Tanzen Jahnhalle	14:45 - 15:45 Wirbelsäulengymnastik Jahnhalle	
16:00 - 16:45 Rehasport Jahnhalle	16:00 - 17:00 Männerfitness 50+ Jahnhalle	15:30 - 16:30 Vital & Relaxed Jahnhalle	16:00 - 17:00 Wirbelsäulengymnastik Jahnhalle	
17:00 - 17:45 Rehasport Jahnhalle	17:00 - 18:00 Rehasport Jahnhalle	17:00 - 18:00 Pilates Kraft & Haltung Jahnhalle	17:00 - 18:00 Drums Alive Jahnhalle	
18:00 - 18:45 Rehasport Jahnhalle	18:00 - 19:00 Rehasport Jahnhalle	18:00 - 19:00 Pilates Kraft & Haltung Jahnhalle	18:00 - 18:45 Rehasport Jahnhalle	
19:00 - 20:00 Athletic Workout Jahnhalle	19:00 - 20:00 Fit for Fun Jahnhalle	18:30 - 19:30 Outdoor Workout Treffpunkt Jahnhalle	18:45 - 19:45 Athletic Workout Jahnhalle	
		19:30 - 20:30 Latin Dance Jahnhalle		

Der Bewegungsraum und der Spiegelsaal sind in den Ferien geschlossen.

Die städtischen Turnhallen sind in der 1. Woche geschlossen und in der 2. Woche geöffnet.

Die Kurse die dort ausfallen, stehen auf der Homepage.



HINWEIS:
Kurzfristige Änderungen
vorbehalten.

„OSTERFERIEN 2025“