

| <b>Trainingszeiten der Turnsparte 2023/2024</b> (Stand 10.09.2023) |                             |                 |                     |
|--|-----------------------------|-----------------|---------------------|
| Wochentag  | Aktivität                   | Zeit            | Übungsleiter*in     |
| <b>Montag</b>  | Yoga Ü60                    | 14.30-15.45**   | T. Stoltenberg      |
|  | Yoga                        | 19.30-21.00**   | T. Stoltenberg      |
|  | Tischtennis                 | 20.00-22.00     | R. Vry              |
| <b>Dienstag</b>  | Eltern-Kind-Turnen (0-3J.)  | 9.30-10.30      | L. Reinicke         |
|  | Seniorengymnastik           | 11.00-12.00*    | I. Dahmke           |
|  | Kinderturnen 1 (3-5 J.)     | 15.15-16.15     | R. Bünz/L. Reinicke |
|  | Kinderturnen 2 (6-8 J.)     | 16.15-17.15     | R. Bünz/L. Reinicke |
|  | Kinderturnen 3 (ab 9 J.)    | 17-15-18.30     | U. von Campenhausen |
|  | FitnessMix                  | 18.30-19.15*    | L. Rode             |
|  | Pilates                     | 19.15-20.00*    | L. Rode             |
| <b>Mittwoch</b>  | Laufgruppe Fortgeschrittene | 17.45-18.45***  | R. Appelt           |
|  | Rückenfitness               | 19.00-20.00**   | M. Jäger            |
| <b>Donnerstag</b>  | Eltern-Kind-Turnen (0-3J.)  | 15.30-16.30     | L. Reinicke         |
|  | Zumba Kids                  | 16.30-17.30*    | O. Rienecker        |
|  | Zumba                       | 17.45-18.45     | O. Rienecker        |
|  | Badminton                   | 18.00-19.30     | F. Martnes-Tödter   |
| <b>Freitag</b>   | Seniorensport Tanzen        | 9.00-10.00*     | S. Epp              |
|  | Hockergymnastik             | 10.15-11.15*    | S. Epp              |
|  | Laufgruppe Anfänger         | 17.45-18.45**** | M. Kaltenberg       |
|  |                             |                 |                     |
| * neue Halle   |                             |                 |                     |
| ** neue Halle/Kurs/Anmeldung/Zuzahlung                             |                             |                 |                     |
| ***Treff: Parkplatz vor Schule                                     |                             |                 |                     |
| ****Startet nur bei Anmeldung                                      |                             |                 |                     |
|  |                             |                 |                     |