

# Turnen und Fitness

## Aerobic und Gymnastik



Oktober 2016

Wochentag	Uhrzeit	Angebote	Alter	Übungsleiterin	Halle
<b>Montag</b>	14.30 - 15.30	Stuhlgymnastik	ab 50 Jahre	Monika Pötter	<i>Am Hagenpad 27 U</i>
	15.30 - 19.30	Kunstturnen	ab 5 Jahre	Petra Scholtes	Burgweg
	16.15 - 17.15	Eltern-Kind-Turnen	2 - 4 Jahre	Kathrin Möller	Burgweg
	<i>Winterhalbj.</i> 17.30 - 19.00	Mädchenturnen	6 - 10 Jahre	Karin Beckmann	Burgweg
	19.00 - 20.00	Fitness-ABC	Frauen	Charleen Scholtes	Burgweg
<b>Dienstag</b>	14.30 - 15.30	Bewegungsspaß (Jun.+Mäd.)	4 - 6 Jahre	Natascha Hilgenberg	Burgweg
	15.00 - 16.00	Eltern-Kind-Turnen	2 - 4 Jahre	Kathrin Möller	Burgweg
	<i>Sommerhalbj.</i> 15.30 - 17.00	Mädchenturnen	6 - 10 Jahre	Karin Beckmann	Burgweg
			ab 11 Jahre		Burgweg
	18.00 - 19.00	Aerobic-Mix	Frauen	Anne Langelage	Burgweg
	19.30 - 20.45	Fitnessgymnastik	Frauen	Monika Pötter	Mettinger Str.
<b>Mittwoch</b>	16.00 - 16.45	Wassergymnastik	Erwachsene	Anna Walke	<i>Holsterkampbad</i>
	16.00 - 19.00	Kunstturnen	ab 5 Jahre	Petra Scholtes	Burgweg
	19.00 - 20.00	Stepp-Aerobic	Frauen	Petra Scholtes	Burgweg
	20.00 - 21.00	Pilates	Frauen	Petra Scholtes	Burgweg
<b>Donnerstag</b>	18.45 - 19.45	Wirbelsäulengymnastik	Erwachsene	Britta Merschjann	Mettinger Str.
	18.30 - 20.00	Seniorensport	Erwachsene	Monika Pötter	<i>alte Keplerhalle</i>
	19.00 - 20.15	Fitnesssport	Frauen	Marie-Luise Dierkes	Burgweg
<b>Freitag</b>	16.00 - 20.00	Kunstturnen	ab 5 Jahre	Petra Scholtes	Burgweg