

Übungs- und Trainingszeiten Breitensport und Hallenbelegung						
Montag		Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Übungsgruppe Übungsleiter Uhrzeit		Übungsgruppe Übungsleiter Uhrzeit	Übungsgruppe Übungsleiter Uhrzeit	Übungsgruppe Übungsleiter Uhrzeit	Übungsgruppe Übungsleiter Uhrzeit	
Fitness Frauen Ü60 Inge Röckerrath 9:30 - 10:30 Uhr						
		KiTa St. Anna Thier 9:30 - 11:00 Uhr	KiTa St. Anna Thier 9:30 - 11:00 Uhr	Rückengymnastik Jenny Renner 9:00 - 10:00 Uhr	KiTa St. Anna Thier 9:30 - 11:00 Uhr	
Nordic Walken Frauen Inge Röckerrath (Draußen) 17:30 - 19:00 Uhr				Eltern-Kind Turnen (bis 4 J.) Nadine Rolfs 15:30 - 16:15 Uhr		
		Fitness Männer Ü60 Achim Billstein 16:00 - 17:30 Uhr		Eltern-Kind Turnen (bis 4 - 6 J.) Nadine Rolfs 16:30 - 17:15 Uhr		D - Jugend Christian Kremer 16:30 - 18:00 Uhr
			E - Jugend Jörg Metzger 17:00 - 18:30 Uhr	Eltern-Kind Turnen (ab 6 J.) vakant in Planung		
Fitness Männer Achim Billstein (Drinnen) 19:30 - 21:00 Uhr Fußball Ü32 Sebastian Rolfs (Sportplatz) 19:30 - 21:00 Uhr						
				Yoga Theresa Rolfs 18:15 - 19:30 Uhr 19:45 - 21:00 Uhr		Tischtennis Ludwig Röckerath 20:00 - 21:00 Uhr