Übungs- und Trainingszeiten Breitensport und Hallenbelegung				
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Übungsgruppe	Übungsgruppe	Übungsgruppe	Übungsgruppe	Übungsgruppe
Übungsleiter	Übungsleiter	Übungsleiter	Übungsleiter	Übungsleiter
Uhrzeit	Uhrzeit	Uhrzeit	Uhrzeit	Uhrzeit
Fitness Frauen Ü60 Inge Röckerrath	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
9:30 - 10:30 Uhr START Projekt Ökumenische Initiative 12:30 - 14:00 Uhr			Eltern-Kind Turnen (bis 4 J.) Nadine Rolfs 15:30 - 16:15 Uhr	
	Fitness Männer Ü60 Achim Billstein 16:00 - 17:30 Uhr	D - Jugend Christian Kremer 16:30 - 18:00 Uhr	Eltern-Kind Turnen (bis 4 - 6 J.) Nadine Rolfs 16:15 - 17:00 Uhr	D - Jugend Christian Kremer
Nordic Walken Frauen Inge Röckerrath (Draußen)	Jumping Fitness Sabrina Annis 18:00 - 19:00 Uhr	Jumping Fitness Sabrina Annis 18:00 - 19:00 Uhr	E - Jugend Jörg Metzger 17:00 - 18:00 Uhr	16:30 - 18:00 Uhr
17:30 - 19:00 Uhr	18.00 - 19.00 0111	18.00 - 19.00 0111	Yoga	
Fitness Männer Achim Billstein (Drinnen) 19:30 - 21:00 Uhr Fußball Ü32 Sebastian Rolfs (Sportplatz) 19:30 - 21:00 Uhr	Step Aerobic Nicole Büchler 19:30 - 20:30 Uhr	Dance Fitness Nicole Büchler 19:30 - 20:30 Uhr	Theresa Rolfs 18:15 - 19:30 Uhr 19:45 - 21:00 Uhr	Tischtennis Ludwig Röckerath 19:15 - 21:15 Uhr

© November 2025