

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	
START Projekt Ökumenische Initiative 12:30 - 14:00 Uhr			Eltern-Kind Turnen (bis 4 J.) Nadine Rolfs 15:30 - 16:15 Uhr		
Noh Bieneen Noh Bieneen 17:00 - 18:30 Uhr	Nordic Walken Frauen Inge Röckerrath (Draußen) 17:30 - 19:00 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 16:30 - 18:00 Uhr
Fitness Männer Achim Billstein (Drinnen) 19:30 - 21:00 Uhr	Fußball Ü32 Sebastian Rolfs (Sportplatz) 19:30 - 21:00 Uhr	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	Tischtennis Ludwig Röckerath 19:15 - 21:15 Uhr
		Step Aerobic Nicole Büchler 19:30 - 20:30 Uhr	Dance Fitness Nicole Büchler 19:30 - 20:30 Uhr	Yoga Theresa Rolfs 18:15 - 19:30 Uhr 19:45 - 21:00 Uhr	

© Januar 2026