


Tag:	Zeit	Angebot	Ort	
<i>Montag:</i>	15.00 - 16.00	Eltern & Kind Turnen 2 – 3 Jahre	Halle 1	
	16.00 - 17.00	Kleinkinderturnen 3 – 4 Jahre	Halle 1	
	16.00 - 18.00	Selbstsicherheitstraining (2. bis 4. Klasse)	Grundschule	
	(1.Gruppe 16.00-17.00; 2.Gruppe 17.00-18.00; Info: 04381-8335(	
	17.00 - 18.00	Kleinkinderturnen 4 – 5 Jahre	Halle 1	
	18.00 - 19.00	„Die Oldies“ Fit ab 60	Halle 1	
	18.15 - 19.15	Herzsport – Übungsgruppe	Grundschule	
	19.15 - 20.15	Herzsport – Trainingsgruppe	Grundschule	
	19.15 - 20.15	Langhanteltraining	Halle 1	
20.15 - 21.15	Fatburning	Halle 1		
<i>Dienstag:</i>	09.00 - 10.30	Nordic-Walking (Winter-u.Sommerzeit)	Tel. 9535	
	15.15 - 16.15	Vorschulturnen 5-6 Jahre/Turnen 1. Klasse	Halle 1	
	16.15 - 17.15	Turnen 2. Klasse	Halle 1	
	17.15 - 18.15	Ballsportgruppe für Kinder ab 8	Halle 1	
	18.15 - 19.15	Sport für Einsteiger	Halle 1	
	19.15 - 20.15	Wirbelsäulengymnastik	Halle 1	
	20.15 - 21.15	Pilates	Halle 1	
<i>Mittwoch:</i>	15.00 - 17.00	Turnen 3. + 4. Klasse	Halle 1	
	17.00 - 18.00	Ringern und Raufen, Spielstunde (2.bis 4.Kl)	Halle 1	
	16.00 - 17.30	Volleyball	Grundschule	
	17.30 - 19.00	Cheer-Dance (11-15 Jahre)	Grundschule	
	18.00 - 19.00	Aktiv 70 Plus	Halle 1	
	19.00-20.00	Rückenschule	Halle 1	
	19.00 - 20.00	Bauch – Beine – Po	Grundschule	
<i>Donnerstag:</i>	15.30 - 17.00	Akrobatik + Einrad Projekt Schule&Verein !	Halle 1	
	18.00-19.00	Dance-Step-Aerobic	Halle 1	
	19.15 - 20.15	Fit mit Flexi-Bar und Co	Halle 1	
<i>Freitag:</i>	15.15 - 17.30	Volleyball	Grundschule	
	15.30 - 16.30	Geschwisterturnen	Halle 1	
	16.30 - 17.30	Fit Kids (Sport,Spiel,Spaß für Kinder ab 10)	Halle 1	
	17.30 - 18.30	Bauch – Beine – Po	Halle 1	
	20.00 - 21.00	Langhanteltraining	Halle 1	
<i>Samstag:</i>	11.30 – 13.00	Cheer-Dance (6 bis 10 Jahre)	Grundschule	
	13.00-14.00	Cheer-Dance (11-15 Jahre)	Grundschule	
	14.00-15.00	Zumba	Grundschule	
	14.30-16.00	Nordic-Walking (Winterzeit)	Tel. 6662	
<i>Ort:</i>	Halle 1 Otto-Mensing-Schule, Friedrich-Speck-Str., Lütjenburg			