

	Uhrzeit	Angebot / Sparte	Alter	Übungsleiter	Sportstätte
Montag	14.30-15.30	Senioren Gymnastik		Ulla Paulsen	Halle
	15.00-16.00	Reha Sport		Anja Nebendahl	Festsaal
	16.00-17.00	Reha Sport		Anja Nebendahl	Festsaal
	17.00-18.00	Reha Sport		Anja Nebendahl	Festsaal
	16.00-17.00	Eltern – Kind – Turnen	0 - 3 J.	Johanna Tegethoff	Halle
	18.00-19.30	Herrenfitness		Günter Mohr	Halle
	19.30-20.30	Fitness – Mix		Anja Nebendahl	Halle
Dienstag	vormittags	Kindergarten		Kindergarten	Halle
	14.30-15.30	Große Bewegungswerkstatt	ca. 6 - 10 Jahre	Johanna Tegethoff	Halle
	15.45-16.45	Kleine Bewegungswerkstatt	ca. 3 - 6 Jahre	Janique Brügge	Halle
	17.00-18.30	Jugendturnen	ab ca. 10 Jahre	Paula Kruse	Halle
	18.15-19.15	ZUMBA®Gold		Frank Doberstein	Festsaal
	19.15-20.15	ZUMBA®-Fitness		Frank Doberstein	Halle
Mittwoch	vormittags	Kindergarten		Kindergarten	Halle
	15.30-17.00	Kampfspiele	Grundschulalter	Melanie Peters + Senya Sartori-Stammer	Halle
	17.15-18.15	Allround-Fitness		Anja Nebendahl	Halle
	18.30-19.30	Damengymnastik	Ab ca. 45 Jahre	Inge Horlitz	Halle
	20.00-22.00	Volkstanz-Gruppe		Brigitte Hamann	Halle
Donnerstag	vormittags	Kindergarten		Kindergarten	Halle
	17.00-18.30	Jugendturnen	ab ca. 10 Jahre	Paula Kruse	Halle
	18.30-19.30	Yogilates		Anja Nebendahl	Halle
	20.00-21.00	Fit ab 40		Ulla Paulsen	Halle
Freitag	08.00-09.00	Fitness - Cocktail		Anja Nebendahl	Halle
	09.15-10.15	Reha Sport		Anja Nebendahl	Halle
	16.00-16.45	ZUMBA®-Kids	6 - 12 Jahre	Frank Doberstein	Halle
	17.00-17.50	STREETDANCE	10 - 15 Jahre --> Z-Teens	vertretungsweise Frank Doberstein	Halle
	18.00-18.50	STREETDANCE	ab 15 Jahre --> Lost and Found	vertretungsweise Frank Doberstein	Halle
	19.00-20.00	ZUMBA®-Fitness		Frank Doberstein	Halle
Sonntag	10.00-11.00	Parkour Kastenknacker	ca. 3-6 Jahre	Johanna Tegethoff	Halle
	11.15-12.15	Parkour Hürdenhacker	ca. 7-10 Jahre	Johanna Tegethoff	Halle
Änderungen vorbehalten !					

Der aktuelle Hallenplan ist IMMER unter folgenden Link zu finden: sv-vaalia.de/hallenplan