

Angebote für Erwachsene 2024

Wochentag	Zeit	Angebot	Übungsleiter
Montag	19.00 – 20.00	Funktionelles Ganzkörpertraining in der Halle	Herbert Wöhrle Birgitte Weidt Friedbert Pfeffer
	18.30 – 20.30	Kraftsport im Kraftraum	Stefan Benthin
Montag	20.00 – 21.30	Gymnastik für Frauen	Anna-Lena Feger
Dienstag	10.00 – 11.30	Gymnastik für Senioren	Herbert Wöhrle
Dienstag	18.30 – 20.30	Kraftsport im Kraftraum	Herbert Wöhrle
Dienstag	19.15 – 20.30	Fit mit Käthe	Käthe Faißt - Greiner
Dienstag	19.30 – 20.45	Walla´s Frauenturnen	Waltraud Benthin
Dienstag	20.00 – 22.00	Elefantenballet (Fasent)	Ines Benthin
Mittwoch	8.30 – 9.30	Rehasport Gruppe 1	Anita Spitzmüller
	9.45 – 10.45	Rehasport Gruppe 2 Teilnahme mit Rezept	Anita Mößner
Mittwoch	18.30 – 19.30	Karate Junioren/Erwachsene	Andreas Matt Angela Gölzner
Mittwoch	20.00 – 21.15	Funktionelles Ganzkörpertraining April-Okt. 30 Min vorab Walken	Anita Spitzmüller Anita Mößner
Mittwoch	18.30 – 20.30	Kraftsport im Kraftraum	Rüdiger Wöhrle Volker Wöhrle
Donnerstag	17.30 – 18.30	Rehasport Teilnahme mit Rezept	Sarah Mößner
Donnerstag	17.30 – 19.00	Kraftsport für Frauen Kraftraum	Birgitte Weidt
Donnerstag	19.00 – 20.30	Kraftsport im Kraftraum	Birgitte Weidt Stefan Benthin
Donnerstag	20.00 – 21.30	Paartanz für Erwachsene	Johannes Haas
Freitag	8.30 - 09.30	Rehasport Teilnahme mit Rezept	Angelika Wangemann
Freitag	17.30	Nordic Walking	Elke Hermann