

Belegungsplan für die Jahnhalle

Stand: 21.09.2023

Angebote während der Woche, das Wochenende wird gesondert ausgewiesen

Zeit	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag		
	Haupthalle	Judohalle	Kraftraum	Haupthalle	Judohalle	Kraftraum	Haupthalle	Judohalle	Kraftraum	Haupthalle	Judohalle	Kraftraum	Haupthalle	Judohalle	Kraftraum
08.30-09.00															
09.00-09.30	Gymnastik		Kraft-training			Kraft-training		Beckenboden Gymnastik	Kraft-training	Gymnastik		Osteoporose			Kraft-training
09.30-10.00		Gymnastik									Gymnastik				
10.00-10.30			Kraft-training	Volleyball	Gymnastik	Kraft-training			Kraft-training	Volleyball		Kraft-training	Eltern-Kind Turnen		Kraft-training
10.30-11.00															
11.00-11.30		Herzsport 10.45 bis 14.00	Herzsport 11.00 bis 14.00	Herzsport bis 12.15										Pilates	Kraft-training
11.30-12.00	Volleyball														
12.00-13.00															
13.00-14.00															
14.00-14.30															
14.30-15.00															
15.00-15.30	Eltern-Kind Turnen			Kiss 1						Mini Kiss				Kiss 2	
15.30-16.00														Kiss 1	
16.00-16.30	Kinderturnen		Kraft-training	Kiss 2		Kraft-training Stadtwerke				Eltern-Kind Turnen		Kraft-training	Trampolin Kurs		
16.30-17.00															
17.00-17.30	Kinderturnen		Kraft-training	Mini Kiss				Kiss 3		Mini Kiss					Kraft-training
17.30-18.00									Krafttr.						
18.00-18.30	Ring	Judo	Gewichtheben	Trampolin	Judo	Kraft-training Jugendliche	Ring	Judo	Gewichtheben	Judo	Judo	Kraft-training	Trampolin	Ring	Gewichtheben
18.30-19.00			Osteoporose						Kraft-training						Kraft-training
19.00-19.30					Gymnastik	Kraft-training									
19.30-20.00			Kraft-training		Judo				Kraft-training						
20.00-20.30															
20.30-21.00															
21.00-21.30															
21.30-22.00															
22.00-22.30															