

Übungszeiten Gesundheitssport

Sportart	Zielgruppe	Tag	Uhrzeit	Ort	Übungsleiter
Gesundheitssport 	"Sie und Er" ab 60	DI	18:00 - 19:00	THR	Rena Dangel
	Hockergymnastik	MO	09.30-10:30	HDS	Sabine Koppenberg
	Wassergymnastik 3 x 30 Min.	MO	16:00 - 17:30	GS W	Joanna Diekmann
	Wassergymnastik 2 x 30 Min	MO	18:00 - 19:00	BF	Regine H.-Model
	Wassergymnastik 2 x 30 Min	DI	08:00 - 09:00	BF	Regine H.-Model
	Wassergymnastik 2 x 30 Min	MI	08:00 - 09:00	BF	Käthe Hoffmann
	Wassergymnastik F/M	MI	11:30 - 12:00	BF	Annette Burkert
Wirbelsäulengymnastik	Frauen/Männer	MO	18:00 - 19:00	GRQ	Steffi Becker
	Frauen/Männer	DI	09:30 - 10:30	GRQ	Regine H.-Model

SHQ = Sporthalle am Querkanal | SHB = Sporthalle Brandsweg | THR = Turnhalle Rosenallee | BF = Bäderpraxis Förster

GRQ = Gymnastikraum Querkanal | HDS=Haus des SprOrts (ehem.DGH) | GAG = Graf-Anton-Günther-Schule