

	Понеділок				Вівторок	Середа		Четверг	П'ятниця		Субота	
	Круглий рік	Круглий рік	Літо*	Зима*	Круглий рік	Круглий рік	Круглий рік	Круглий рік	Круглий рік	Літо*	Круглий рік	
	Спортзал	Спортивний майданчик Gosenbach	Спортивний майданчик Gosenbach	Спортзал	Спортзал	Спортзал	Общинний центр	Спортзал	Спортзал	TH Hubertusweg Hammerh. GS	Спортивний майданчик Rosengarten	Спортзал
14.30								14.30 - 16.00 Гімнастика (для людей похилого віку)	14:30 – 17.15 Батут			
15.00	15-16 Uhr Like 2 Dance (Танці)							Bettina Gronemeyer 0271/35 35 53	Група для тих, хто має вже досвід.			
15.30	Танці від 8 до 11 Років Tiana Kretzer Maya Weyer						Початківці від 6 років. Melina Platt 01758096490		Tanja Kretzer 0271/35 66 34			
16.00	0271/356634		16 - 17 Uhr Скандинавська ходьба Andrea Weide	16 - 17 Uhr Скандинавська ходьба Andrea Weide	16.00 - ca 18.00 Гімнастика для батьків і дітей Annika Lorek 0157/87297041	Lea Stockhammer 15782430667		16.15 - 17.15 Додаткове тренування	dazu Volker mit Гімнастика для дітей від 5 років.			16.00 – 18.30 Батут Для дітей, які вже мають досвід.
16.30			0271 / 354482. März-Oktober	0271 / 354482. November-März		16.30 – 20.00 Виконавська група для батутів		Гімнастика на снарядах. Katja Bätzel-Tuttiles				Tanja Kretzer 0271/ 35 66 34
17.00	17.00 – 18.00 Кондиція/Фітнес		17.00 – 18.00 Кондиція/Фітнес	17.00 – 18.00 Кондиція/Фітнес	від 1 року народження (Як тільки ваша дитина зможе ходити самостійно)	И-И Tanja Kretzer 0271/35 66 34	17.00 - 18.00 Маршовий оркестр для початківців (маршовий оркестр)	17.15 - 19.00 Гімнастика на снарядах. Katja Bätzel-Tuttiles				Частково в зимку.
17.30	Діти Linda Uebach 0171/2958140 Lisa Grauel 0160/3385159		Kinder Linda Uebach 0171/2958140 Lisa Grauel 0160/3385159	Kinder Linda Uebach 0171/2958140 Lisa Grauel 0160/3385159			Judith Bäcker 0151/19185531	0151/55655640	17.15 - 19.00 Гімнастика для людей віков 45+/-			
18.00	18.00-20.15 (April-Oktober) 18.00-19.00 (November-März)			19.00-20.15 WeDoWods (Фітнес) (November - März)		18.00 - 19.30 Легка атлетика (для людей похилого віку) Eric Strack 0271/ 35 44 14	18.00 - 19.30 Маршовий оркестр (для тих, хто вже має досвід) Judith Bäcker 0151/19185531		Beate Noack 0271/ 35 31 60	18.00 - 22.00 Волейбол (Жінки) Verena Velte 0170/ 79 85 726		18.30 – 22.00 WeDoWods (Фітнес) Andreas Noack 1706250828
19.00		19.30 – 21.00 WeDoWods (Фітнес) (März - Oktober)		WeDoWods (Фітнес) (November - März)		Влітку можливо на спортивному майданчику Rosengarten		19.00-21.45 WeDoWods (Фітнес)	19.00 - 20.30 Легка атлетика Für die Kinder Günther Solbach		19.00 - 20.30 Легка атлетика для дітей від 14 років.	
19.30		Andreas Noack 01706250828		Andreas Noack 1706250828		19.30 - 20.30 Степ - аеробіка Julia Müller 0151/23936023	19.30 - 20.30 Маршовий оркестр (загальна група) Judith Bäcker 0151/19185531		Для дітей від 14 років. Günther Solbach		Легка атлетика для дітей від 14 років.	
20.00								Andreas Noack 1706250828	0271/353480			Stand: 23.11.2021
21.00									20.30 - 22.00 Вікова гімнастика для людей від 45 років. Bernhard			Зміни Якщо є якісь зміни, звертайтеся до Andreas Noack тел. 0271/8094743
21.30									Klimaschka			bs00andi@gmail.com