



Montag

Uhrzeit	Angebot	Halle
17.50 – 18.50	Indian-Balance	Goetheschule – Aula
18.00 – 19.00	Group-Fitness	Goetheschule – Gymnastikhalle
18.30 – 20.00	After-Work-Fitness	Nordschule
19.00 – 20.00	Pilates	Goetheschule – Gymnastikhalle
20.00 – 22.00	Männerfitness	Martin-Buber-Schule

Dienstag

18.00 – 19.00	Walking	April – September: Parkplatz Fasanerie Oktober – März: Zugang Eppelwoipäadsche zwischen dem Europaring 79 und 81
18.00 – 19.00	Powerworkout	Luise-Büchner-Schule linker Eingang
18.30 – 19.30	Zumba Easy-Fit**	Goetheschule – Gymnastikhalle
19.00 – 20.00	Tai-Chi	Schillerschule (Stadt)

Mittwoch

19.00 – 20.00	Rückenfit	Goetheschule – Aula
19.00 – 20.00	KAHA	Goetheschule – Gymnastikhalle
19.30 – 20.30	Damengymnastik	Luise-Büchner-Schule linker Eingang

Donnerstag

10.15 – 11.45	Qigong	Spiegelsaal/Stadthalle
17.00 – 18.00	Nordic-Walking	Oktober – März: Parkplatz Prager Straße/Fasanerie
18.00 – 19.00	Nordic-Walking	April – September: Parkplatz Fasanerie
18.30 – 20.00	Yoga	Schillerschule (Stadt)
18.45 – 19.45	Wirbelsäulengymnastik	Goetheschule – Aula
20.00 – 21.00	Pilates	Goetheschule – Aula

Freitag

17.30 – 18.15	Aquarobic***	Hallenbad – Nichtschwimmerbecken
18.15 – 19.00	Aquarobic***	Hallenbad – Nichtschwimmerbecken

**zusätzlich fallen Kursgebühren (10'er-Karte) an: 35 € Mitglieder / 70 € Gäste

*** zusätzlich fällt für alle der Eintritt ins Hallenbad an und für Gäste Kursgebühren (10'er-Karte) 75 €

Alle nicht gekennzeichneten Angebote sind für Gäste durch den Erwerb von 10'er-Karten zu 50 € nutzbar.