



### Montag

Uhrzeit	Angebot	Halle
17.50 – 18.50	Indian-Balance (geschlossene Gruppe)	Goetheschule – Aula
17.15 – 18.45	Yoga	Goetheschule – Gymnastikhalle
19.00 – 20.30	After-Work-Fitness	Goetheschule – Aula
20.00 – 22.00	Männerfitness	Martin-Buber-Schule – Sporthalle

### Dienstag

17.45 – 18.45	Bewegte Entspannung	Goetheschule – Aula
18.30 – 20.00	Powerworkout	Luise-Büchner-Schule linker Eingang
18.00 – 19.00	Walking	Parkplatz Fasanerie/ nur bei trockenem Wetter
18.30 – 19.30	Zumba Easy-Fit*	Goetheschule – Gymnastikhalle
19.00 – 20.00	Tai-Chi (geschlossene Gruppe)	Schillerschule (Stadt)
20.00 – 20.45	Aqua-Zumba*** (Warteliste)	Hallenbad – Nichtschwimmerbecken

### Mittwoch

19.00 – 20.00	Rückenfit	Goetheschule – Aula
19.45 – 20.45	Damengymnastik	Luise-Büchner-Schule linker Eingang

### Donnerstag

10.15 – 11.45	Qigong	Praxis Wiebel/Jahnstraße 16
18.00 – 19.00	Nordic-Walking	Parkplatz Fasanerie / nur bei trockenem Wetter
18.00 – 19.30	Mami & Women-Fit	Goetheschule – Gymnastikhalle
18.30 – 20.00	Yoga	Schillerschule (Stadt)
18.45 – 19.45	Wirbelsäulengymnastik	Goetheschule – Aula
19.45 – 21.00	Bellydance Fitness* (Warteliste)	Goetheschule – Gymnastikhalle
20.00 – 21.00	Pilates	Goetheschule – Aula

### Freitag und Samstag

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

\*zusätzlich fallen Kursgebühren (10'er-Karte) an: 40 € Mitglieder / 80 € Gäste

\*\* zusätzlich fällt für alle der Eintritt ins Hallenbad an und für Gäste Kursgebühren (10'er-Karte) von 65 €

\*\*\* zusätzlich fällt für alle der Eintritt ins Hallenbad an und Kursgebühren (10'er-Karte) von 50 €

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