

Turnhalle Astrid Lindgren Grundschule, Bad Westernkotten

Montag	15.00 - 16.00 Uhr	Vorschulkinder u. Kinder 1. Schuljahr	
	16.00 - 17.00 Uhr	Kinder 2. u. 3. Schuljahr	
	17.00 - 19.00 Uhr	Trampolinturnen	
	19.00 - 20.00 Uhr	Damen-Fitness	
	20.00 - 21.30 Uhr	Volleyball	
Dienstag	09.00 - 10.30 Uhr	Nordic Walking (Treffpunkt Eingang Kurpark)	
	14.30 - 15.45 Uhr	Gesundheitssport	
	16.00 - 17.00 Uhr	Gesundheitssport	
	17.00 - 18.30 Uhr	Volleyball für Mädchen (5. Schuljahr)	
	17.15 - 18.45 Uhr	Taekwondo ab 8.Kup (gelber Gürtel)	
	18.45 - 20.15 Uhr	Volleyball für Jungen (ab 5. Schuljahr)	
	18.45 - 20.15 Uhr	Mädchen und Jungen (ab 7. Schuljahr)	
	20.15 - 21.45 Uhr	Herren-Fitness	
20.15 - 21.15 Uhr	Damen-Fitness		
Mittwoch	15.00 - 16.00 Uhr	Eltern-/Kind -Turnen	
	18.30 - 19.45 Uhr	Gesundheitssport	
	19.30 Uhr	Lauffreff (Treffpunkt Kurhalle)	
	20.00 - 21.30 Uhr	Damen - Fitness	
Donnerstag	19.00 – 20.00Uhr	Yoga (findet aktuell nicht statt!)	
Freitag	14.30 - 15.45 Uhr	Gesundheitssport	
	15.45 - 17.00 Uhr	Eltern-/Kind – Turnen	
	17.15 - 18.15 Uhr	Taekwondo für Kinder ab dem 5. Schuljahr	
	18.15 - 19.45 Uhr	Taekwondo Jugend / Erwachsene	
	18.00 - 19.15 Uhr	Aquajogging (Lehrschwimmbecken) Nicht in der Freibadsaison	
	20.00 - 21.30 Uhr	Gemischte Seniorengruppe ab 60 Jahre	
Samstag	07.45 Uhr	Lauffreff (Treffpunkt Kurhalle)	

Training und Abnahme für das Deutsche Sportabzeichen:

Jeden Dienstag vom 07.05.2019 bis zum 17.09.2019 um 18:00 Uhr auf dem Sportplatz in Bad Westernkotten.