

Dein CitySport - Dein Sport im Überblick



Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
9:00	09.00 - 09.45 Uhr Rehasport ohne VO		09.00 - 09.45 Uhr Osteoporose + Diabetes	09.00 - 10.00 Uhr Wirbelsäulensport	09.30 - 10.15 Uhr Lungensport	10.00 - 13.00 Uhr Kickboxen		
9:30								
10:00	10.00 - 10.45 Uhr Rehasport ohne VO			10.00 - 10.45 Uhr Orthopädie				10.00 - 11.00 Uhr Pilates
10:30								
11:00	11.00 - 11.45 Uhr Rehasport ohne VO		11.45 Uhr - 12.30 Uhr Orthopädie	11.00 - 11.45 Uhr Sport bei Krebs	11.00 - 11.45 Uhr Orthopädie			11.30 - 12.15 Uhr Orthopädie
11:30								
12:00	12.00 - 13.00 Uhr Anti-Stress-Fitness		12.00 - 12.45 Uhr Orthopädie	12.00 - 12.45 Uhr Lungensport *Ausfall				
12:30								
13:00		13.00 - 13.45 Uhr Lungensport		13.00 - 14.00 Uhr Winter-Indoor-Golf		13.00 - 15.00 Uhr Brazilian Jiu-Jitsu		
13:30								
14:00		14.00 - 14.45 Uhr Lungensport		14.00 - 14.45 Uhr Lungensport				
14:30								
15:00		15.00 - 15.45 Uhr Rehasport ohne VO	15.00 - 16.00 Uhr Tanzminis	15.00 - 16.15 Uhr Senioren bleiben in Schwung		15.00 - 15.45 Uhr Brazilian Jiu-Jitsu Kinder	15.00 - 17.00 Uhr Ju Jutsu	
15:30								
16:00	16.00 - 16.45 Uhr Lungensport	16.00 - 16.45 Uhr Rehasport ohne VO	16.00 - 16.45 Uhr Rehasport	16.30 - 17.45 Uhr Jazz Dance	16.00 - 17.00 Uhr Jazz Dance	16.00 - 17.15 Uhr Line Dance		
16:30								
17:00	17.00 - 17.45 Uhr Orthopädie	17.00 - 17.45 Uhr Rehasport ohne VO	17.00 - 17.45 Uhr Rehasport		17.30 - 19.00 Uhr Jazz Dance	17.30 - 19.00 Uhr Standard- und Lateintanz		
17:30								
18:00	18.00 - 19.00 Starker Rücken	18.00 - 18.45 Uhr Orthopädie	18.00 - 19.00 Uhr Aroha	18.00 - 19.00 Uhr Pilates		17.00 - 20.30 Uhr Ju Jutsu		
18:30								
19:00	19.00 - 20.00 Uhr Strong	19.00 - 20.00 Uhr Zumba	19.00 - 20.00 Uhr Functional Training	19.00 - 20.00 Uhr Pilates	19.00 - 20.00 Uhr Choreo Dance			
19:30								
20:00	20.00 - 21.45 Uhr Jazz Dance	20.00 - 21.30 Uhr Jazz Dance		20.00 - 22.00 Uhr Ju Justu	20.00 - 21.30 Uhr XXL-Fitness	19.00 - 21.00 Uhr Jazz Dance		
20:30								
21:00								
21:30								
22:00								

Rehasport*

Fitnesskurse

Sportangebote

Gesundheitssport +
Zusatzbeitrag*

*bitte vorher in der
Geschäftsstelle anmelden!