

Dein CitySport - Dein Sport im Überblick



Rehasport* Fitnesskurse Sportangebote aus Abteilung Gesundheitssport + Zusatzbeitrag*

*bitte vorher in der Geschäftsstelle anmelden

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			
9:30					09.30 - 10.15 Uhr Lungensport		
10:00	10.00 - 10.45 Uhr Rehasport ohne VO		10.00 - 10.45 Uhr Orthopädie	10.00 - 11.00 Uhr Pilates			
10:30					10.30 - 11.15 Uhr Orthopädie / Hockergym.		
11:00	11.00 - 11.45 Uhr Rehasport ohne VO		11.00 - 11.45 Uhr Sport bei Krebs	11.00 - 11.45 Uhr Orthopädie		10.00 - 13.00 Uhr Kickboxen	
11:30		11.45 Uhr - 12.30 Uhr Orthopädie			11.30 - 12.15 Uhr Orthopädie		
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			
13:30						13.00 - 15.00 Uhr Brazilian Jiu-Jitsu	
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	
15:30							15.00 - 17.00 Uhr Ju Jutsu
16:00	16.00 - 16.45 Uhr Lungensport	16.00 - 16.45 Uhr Rehasport ohne VO	16.00 - 16.45 Uhr Rehasport			16.00 - 17.15 Uhr Line Dance	
16:30				16.30 - 17.45 Uhr Jazz Dance			
17:00	17.00 - 17.45 Uhr Orthopädie	17.00 - 17.45 Uhr Rehasport ohne VO	17.00 - 17.45 Uhr Rehasport				
17:30					17.30 - 19.00 Uhr Jazz Dance	17.30 - 19.00 Uhr Standard- und Lateintanz	
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			
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		17.00 - 20.30 Uhr Ju Jutsu
19:30						19.00 - 21.00 Uhr Jazz Dance	
20:00							
20:30	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		
21:00							
21:30							
22:00							