

Blaues Gym (Gym 1) im Westwerk, große Halle

Montag

9:00-10:30 Muay Thai Basic. Ab Anfänger_innen mit Vorkenntnissen. Imke

16:30-18:00 Muay Thai Mittelstufe. Linda

18:15-19:45 Muay Thai Anfänger_innen. Imke / Linda

20:00-21:30 Kondi. Alle Level. Marie

Dienstag

9:00-10:15 Rücken-Fit. Alle Level. ro.

16:30-18:00 Muckibude. Alle Level. ro.

18:15-19:45 Selbstbehauptung. Geschlossener Kurs ab 10.5. mit Anmeldung. Fritte

20:00-21:30 Pratzenkondi. Ab Anfänger_innen mit Vorkenntnissen. Imke

Mittwoch

16:30-18:00 Muay Thai Mittelstufe. ro.

18:15-20:00 Muay Thai Fortgeschrittene. ro.

Donnerstag

9:00-10:30 Yoga. Alle Level. Svenja

16:30-18:00 Muay Thai Anfänger_innen. Lotte

18:15-19:45 Uhr Muay Thai Mittelstufe. Imke

Freitag

10:15-11:45 Selbstbehauptung. Geschlossener Kurs ab 6.5. mit Anmeldung. Fritte

16:30-18:00 Pratzen und Pumpen. Ab Anfänger_innen mit Vorkenntnissen. ro.

18:15-19:45 Muay Thai Fortgeschrittene. Imke

Lila Gym (Gym 2) im Westwerk, hinter dem Konsum Parkplatz

Montag

15:30-16:30 MINT 6-9 Jährige Jay + Sally / Annika

16:45-18:00 MINT Kondi ab 12 Jahren. Annika / Marie. danach Offener Treff für MINT

19:00-20:30 Boxen. Alle Level. Erika

Dienstag

15:30-16:30 MINT 6-9 Jährige. Lina + Marie

16:45-18:00 MINT 12-17 Jährige. Lina + Marie

18:15-19:45 Muay Thai fortgeschrittene Mittelstufe. Pine

20:00-21:30 Muay Thai Anfänger_innen. Pine

Mittwoch

15:30-16:45 MINT 9-12 Jährige. Jay + Sally

16:45-18:00 MINT 12-17 Jährige. Jay + Sally

18:30-20:00 Kondi. Alle Level. Tuul

Donnerstag

15:30-16:45 MINT 9-12 Jährige. Marie + Annika

17:00-18:30 MINT Selbstbehauptung ab 12 J. Geschlossener Kurs mit Anmeldung. Jay+Marie

18:45-20:15 Boxen. Alle Level. Pauline

Freitag

9:00-10:00 Rücken-Fit. Alle Level. Imke

10:15-11:45 Muay Thai Basic. Ab Anfänger_innen mit Vorkenntnissen. Imke