

Blaues Gym (Gym 1) im Westwerk, große Halle

Montag

10:00-11:30 Muay Thai Basics. Ab Anfänger_innen mit Vorkenntnissen. Imke

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

18:15-19:45 Muay Thai Anfänger_innen. Tuul

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

Dienstag

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

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

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

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

Mittwoch

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

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

Freitag

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

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

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

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

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

Montag

15:30-16:30 MINT 6-9 Jährige Jay + Marie

18:15-19:45 Boxen. Alle Level. Erika

Dienstag

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

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

18:15-19:45 Muay Thai Mittelstufe. Ada

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. Marie

Donnerstag

15:30-16:45 MINT 9-12 Jährige. Marie + Kassio / Sally

17:00-18:15 MINT 12-17 Jährige Marie

Freitag

10:30-12:00 Selbstbehauptung. Geschlossener Kurs mit Anmeldung. Fritte

16:00-17:30 Selbstbehauptung. Geschlossener Kurs mit Anmeldung. Fritte