

Wochenplan Prävention

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08.00	Tanzkreis 08.30-09.30 Uhr SC II Halle				Gymnastik 08.00-09.00 Uhr VBH-Arena
09.00					
10.00		Gymnastik 09.45-11.15 Uhr SC II Halle	Gymnastik 09.30-10.30 Uhr VBH-Arena		
11.00					
12.00					
13.00		Gymnastik 11.30-13.00 Uhr SC II Halle			
14.00			Gymnastik 13.30-14.30 Uhr GS "Am Park"	Herzsport-Nachsorge 13.45-15.45 Uhr VBH-Arena	
15.00	Gymnastik 15.00-16.00 Uhr GS "Am Park"	Herzsport-Nachsorge 15.00-16.00 Uhr VBH-Arena		Herzsport-Nachsorge 15.00-16.00 Uhr VBH-Arena	
16.00		Herzsport-Nachsorge 16.10-17.10 Uhr VBH-Arena	Gymnastik Männgergruppe 16.15-17.45 Uhr GS "Am Park"		
17.00		Jumping 18.15-19.15 Uhr OS "Am Planetarium"		Ladys-Sport 17.00-18.00 Uhr VBH-Arena	
18.00	Ladys-Sport 18.00-19.00 Uhr TH Wittichenau	Ladys-Sport 18.30-19.30 Uhr VBH-Arena	Gymnastik 17.30-19.00 Uhr OS "Am Planetarium"	Stretch-/Kraftprogramm Pole 18.00-19.00 Uhr SCL	
19.00	Ladys-Sport 19.00-20.30 Uhr VBH-Arena	Step-Aerobic 19.30-21.00 Uhr SC II Halle		Gymnastik 19.15-20.45 Uhr SC II Halle	
20.00	PoleFitness 19.15-20.15 Uhr SC Laden	Fitnesssport 19.30-21.00 Uhr TH Lindenschule			
21.00	Pilates 19.15-20.45 Uhr SC II Halle	Fitnesssport 19.30-21.30 Uhr OS "Am Planetarium"			