



<b>Kursplan ab Ab 16. Mai 2022</b>	Stand: 10.05.2022
--	----------------------

## Funkenberg 8

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>H</b> 8:15 – 9:15 3 KBE Gerätezirkel			<b>H</b> 10:00 – 11:00 3 KBE Gerätezirkel	<b>H</b> 9:30 - 10:30 3 KBE Gerätezirkel
<b>H</b> 9:30 - 10:30 3 KBE Gerätezirkel			<b>G</b> 10:15 - 11:15 Faszientraining	<b>H</b> 10:45 - 11:45 3 KBE Gerätezirkel
<b>H</b> 17:00 - 18:00 3 KBE Gerätezirkel				
<b>G</b> 18:00 - 19:00 YES (Yoga-Entspannung- Stretching)		18:00 - 19:00 3 KBE <b>H</b> Gerätezirkel		

## Funkenberg 21A

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	<b>G</b> 9:00-10:00 YES Yoga - Entspannung - Stretching			<b>G</b> 7:45 - 8:45 Kranich Qigong
	<b>G</b> 10:15 – 11:15 Rücken-Gym	<b>G</b> 9:15 - 10:15 Qigong		<b>G</b> 9:00 - 10:00 Rücken-Fit
<b>T</b> 10:00 – 11:00 Senioren-Gym ohne Bodenübungen		<b>G</b> 10:30 - 11:30 Taiji		<b>T</b> 10:30 - 11:30 Senioren-Gym ohne Bodenübungen
			<b>G</b> 16:00 – 17:00 Fit Kids Bogenschießen	<b>G</b> 15:00 - 16:00 Linedance (Fortgeschrittene)
<b>G</b> 17:30 - 18:30 Qigong			<b>G</b> 17:30 – 18:30 Rücken-Gym	<b>G</b> 16:15 - 17:15 Linedance (Fortgeschrittene)
			<b>G</b> 18:45-19:45 Qigong	
			<b>G</b> 20:00 - 21:15 Taiji Peking	

<b>H</b> 3KBE Kurs 29,- € monatl. (1x Wo.) 39,- € monatl. (mehrmals)	<b>G</b> Gesundheitssport 25,- € monatl. (1x Wo.) 32,50,- € monatl. (mehrmals)	<b>T</b> Therapiesport 20,- € monatl. (1x Wo.)	80,-€ 10er Karte 39,-€ 10er Karte (Vereinsmitglieder)
---	---	--	---





	<b>Outdoor-Kurse</b>	Ab: <b>16.05.2022</b>
--	----------------------	--------------------------

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
17:30 – 18:30 Kinder Bogenschießen			8:45 – 9:45 Aktiv Walking 8 x ab 2.06.22	
18:45 – 20:00 Taiji	19:15-20:30 Bogenschießen			
20:00 – 21:00 Bogenschießen				

Legende	Parkplatz Schützenhaus	Nützen Hohlweg 11	Schirnauallee 3 Tennisplatz
---------	---------------------------	----------------------	--------------------------------

