

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00					XCO Powerwalking Birgit Sambale		
08:30					Sportheim		
09:00							Rennmäuse und Teens Christophe Della Monta Frank Karpinski/Rebecca Reutzel
09:30							Laufgruppe '0 auf 5k' Sabine Hoyley Sportheim
09:45	NEU! Pilates						
10:00	Birgit Ahlers						
10:45	Hirtenbachhalle						
15:00							
15:30							
16:00	Turnen am Montag 1		Eltern Kind Turnen	Kinderturnen 2 3-5 Jahre	Kinderturnen 1 4-6 Jahre	Ball Akrobaten 1.+2. Klasse Gudrun Hülsmann/Jasmin Strowik	
16:30	Steffi Heine-Müller Hirtenbachhalle		Franziska, Eva Andrea und Lisa Hirtenbachhalle	Franziska Luther Schulturnhalle	Bianca Kallenbach Hirtenbachhalle	Schulturnhalle	NEU! Geräteturnen für Mädchen
17:00	Turnen am Montag 2			Kinderturnen 3 3-5 Jahre		Neu!Outdoor Fit Mix- kids 1.-4.Klasse	
17:30	Steffi Heine-Müller Hirtenbachhalle			Nina Afschari Schulturnhalle		3.+4. Klasse Anja Eckert Hartplatz HIBA	Maria Ley Sandra Ländner Hirtenbachhalle
18:00	Fun Step	Powermix ERW			GutGestärkt @MachMit!	Outdoor Fit Mix	
18:30	Birgit Ahlers Schulturnhalle	Birgit Sambale Hirtenbachhalle			Simone Janssen Schulturnhalle	Anja Eckert Hartplatz HIBA	
19:00					BeFit@MachMit!		
19:30					Simone Janssen Schulturnhalle		
20:15			Männerfitness				
21:15			Benjamin Kraus Hirtenbachhalle				