

Hallenbelegungsplan Gymnastikraum (Geb.160) FT-2024

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag	
08:00 - 08:45	06:45 - 07:45 Uhr KUNG FU Simon Engel	08:00 - 09:00 Uhr Yoga (SpoZ.) Bettina Boger	08:00 - 09:15 Uhr (BGM) Entspannungstraining Tobias Pylpiw					
08:45 - 09:30								
09:30 - 10:15		10:00 - 11:00 Uhr Online Pilates Ltg. Kraftzentrum	09:30 - 11:00 Uhr Kindergarten Hachmann					
10:15 - 11:00								
11:00 - 11:45	11:00 - 11:45 Uhr Rückenfit Ltg. Schneider	11:00 - 12:30 Uhr „Yoga “ Ltg. Frisch“						
11:45 - 12:30								
12:30 - 13:15				12:30 - 14:00 Uhr (BGM) Yoga I Walter Mayer	12:00 - 13:00 Uhr KUNG FU Simon Engel			
13:15 - 14:00			13:00 - 14:30 Uhr Bodyweight Workouts Emma Ovebeck					
14:00 - 14:45			14:30 - 16:00 Uhr Kraftzirkel Thiel Vivien	14:15 - 15:45 Uhr (BGM) Yoga II Walter Mayer				
14:45 - 15:30								
15:30 - 16:15		16:00 - 16:50 Uhr Kraft & Koordination Christiane Dietrich		16:00 - 17:45 Uhr Yoga (SpoZ.) Walter Mayer				
16:15 - 17:00		17:00 - 18:00 Uhr Rückentraining Karin Strobl						
17:00 - 17:45	17:00 - 20:45 Uhr Tanzen Jan-Phillip Makowski	18:15 - 19:15 Uhr KUNG FU Simon Engel	18:00 - 19:00 Uhr KUNG FU Simon Engel	18:00 - 19:00 Uhr KUNG FU Simon Engel				
17:45 - 18:30					19:15 - 22:15 Uhr Tanzen Jan-Phillip Makowski			
18:30 - 19:15								
19:15 - 20:00								
20:00 - 20:45								
20:45 - 21:30				19:00 - 22:15 Uhr Tanzen Jan-Phillip Makowski				
21:30 - 22:15								
22:15 - 23:00								
23:00 - 23:45								