

Unser Freizeitsportprogramm 2018

Datum	Uhrzeit	Inhalt	Trainer	Ort	
Mittwoch, 20. Juni 2018	10:30-12:00	Gesundheitsorientiertes Krafttraining	Andreas	Sportschule Wedau	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
Donnerstag, 21. Juni 2018					
Freitag, 22. Juni 2018					
Samstag, 23. Juni 2018					
Sonntag, 24. Juni 2018					
Montag, 25. Juni 2018	17:00-18:30	Fit & Gesund	Andreas	Sportschule Wedau	
	18:00-20:15	Triathlon Einsteiger (Anmeldung erforderlich)	Laura	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Dienstag, 26. Juni 2018					
Mittwoch, 27. Juni 2018	10:30-12:00	Gesundheitsorientiertes Krafttraining	Andreas	Sportschule Wedau	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
Donnerstag, 28. Juni 2018					
Freitag, 29. Juni 2018					
Samstag, 30. Juni 2018					
Sonntag, 1. Juli 2018					
Montag, 2. Juli 2018	17:00-18:30	Fit & Gesund	Andreas	Sportschule Wedau	
Montag, 2. Juli 2018	17:00-18:30	Yoga zum Kennenlernen	Sabine/Melanie	Vereinsanlage	
	18:00-20:15	Triathlon Einsteiger (Anmeldung erforderlich)	Laura	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Dienstag, 3. Juli 2018					
Mittwoch, 4. Juli 2018	10:30-12:00	Gesundheitsorientiertes Krafttraining	Andreas	Sportschule Wedau	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
Donnerstag, 5. Juli 2018					
Freitag, 6. Juli 2018					
Samstag, 7. Juli 2018					
Sonntag, 8. Juli 2018					
Montag, 9. Juli 2018	17:00-18:30	Fit & Gesund	Andreas	Sportschule Wedau	
	17:00-18:30	Yoga zum Kennenlernen	Sabine/Melanie	Vereinsanlage	
Montag, 9. Juli 2018	18:00-20:15	Triathlon Einsteiger (Anmeldung erforderlich)	Laura	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Dienstag, 10. Juli 2018					
Mittwoch, 11. Juli 2018	10:30-12:00	Gesundheitsorientiertes Krafttraining	Andreas	Sportschule Wedau	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
	19:00-20:10	Vinyasa Yoga (Anmeldung erforderlich)	Gaby	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Donnerstag, 12. Juli 2018					
Freitag, 13. Juli 2018					
Samstag, 14. Juli 2018					
Sonntag, 15. Juli 2018					
Montag, 16. Juli 2018	17:00-18:30	Yoga zum Kennenlernen	Sabine/Melanie	Vereinsanlage	
	18:00-20:15	Triathlon Einsteiger (Anmeldung erforderlich)	Laura	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Dienstag, 17. Juli 2018	19:15-20:15	Rückenfit & Qigong	Claudia und Martin	Vereinsanlage	
Mittwoch, 18. Juli 2018	17:15-18:00	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:00-18:45	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
	19:00-20:10	Vinyasa Yoga (Anmeldung erforderlich)	Gaby	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Donnerstag, 19. Juli 2018	17:15-18:15	Pilates	Dorothea	Vereinsanlage	
Freitag, 20. Juli 2018					
Samstag, 21. Juli 2018	12:15-13:00	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	13:00-13:45	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
Sonntag, 22. Juli 2018					
Montag, 23. Juli 2018	17:00-18:30	Yoga zum Kennenlernen	Sabine/Melanie	Vereinsanlage	
	18:00-20:15	Triathlon Einsteiger (Anmeldung erforderlich)	Laura	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Dienstag, 24. Juli 2018	19:15-20:15	Rückenfit & Qigong	Claudia und Martin	Vereinsanlage	
Mittwoch, 25. Juli 2018	17:15-18:00	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:00-18:45	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
	19:00-20:10	Vinyasa Yoga (Anmeldung erforderlich)	Gaby	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Donnerstag, 26. Juli 2018	17:15-18:15	Pilates	Dorothea	Vereinsanlage	
Freitag, 27. Juli 2018					
Samstag, 28. Juli 2018	12:15-13:00	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	13:00-13:45	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
Sonntag, 29. Juli 2018					
Montag, 30. Juli 2018	17:00-18:30	Yoga zum Kennenlernen	Sabine/Melanie	Vereinsanlage	

	18:00-20:15	Triathlon Einsteiger (Anmeldung erforderlich)	Laura	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Dienstag, 31. Juli 2018	19:15-20:15	Rückenfit & Qigong	Claudia und Martin	Vereinsanlage	
Mittwoch, 1. August 2018	17:15-18:00	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:00-18:45	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
	19:00-20:10	Vinyasa Yoga (Anmeldung erforderlich)	Gaby	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Donnerstag, 2. August 2018	17:15-18:15	Pilates	Dorothea	Vereinsanlage	
Freitag, 3. August 2018					
Samstag, 4. August 2018	12:15-13:00	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	13:00-13:45	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
Sonntag, 5. August 2018					
Montag, 6. August 2018	17:00-18:30	Yoga zum Kennenlernen	Sabine/Melanie	Vereinsanlage	
	18:00-20:15	Triathlon Einsteiger (Anmeldung erforderlich)	Laura	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Dienstag, 7. August 2018	19:15-20:15	Rückenfit & Qigong	Claudia und Martin	Vereinsanlage	
Mittwoch, 8. August 2018	17:15-18:00	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:00-18:45	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
	19:00-20:10	Vinyasa Yoga (Anmeldung erforderlich)	Gaby	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Donnerstag, 9. August 2018	17:15-18:15	Pilates	Dorothea	Vereinsanlage	
Freitag, 10. August 2018					
Samstag, 11. August 2018	12:15-13:00	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	13:00-13:45	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
Sonntag, 12. August 2018					
Montag, 13. August 2018	18:00-20:15	Triathlon Einsteiger (Anmeldung erforderlich)	Laura	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Dienstag, 14. August 2018	19:15-20:15	Rückenfit & Qigong	Claudia und Martin	Vereinsanlage	
Mittwoch, 15. August 2018	17:15-18:00	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:00-18:45	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
	19:00-20:10	Vinyasa Yoga (Anmeldung erforderlich)	Gaby	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Donnerstag, 16. August 2018	17:15-18:15	Pilates	Dorothea	Vereinsanlage	
Freitag, 17. August 2018					
Samstag, 18. August 2018	12:15-13:00	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	13:00-13:45	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
Sonntag, 19. August 2018					
Montag, 20. August 2018	18:00-20:15	Triathlon Einsteiger (Anmeldung erforderlich)	Laura	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Dienstag, 21. August 2018	19:15-20:15	Rückenfit & Qigong	Claudia und Martin	Vereinsanlage	
Mittwoch, 22. August 2018	17:15-18:00	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:00-18:45	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
	19:00-20:10	Vinyasa Yoga (Anmeldung erforderlich)	Gaby	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Donnerstag, 23. August 2018	17:15-18:15	Pilates	Dorothea	Vereinsanlage	
Freitag, 24. August 2018					
Samstag, 25. August 2018	12:15-13:00	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
	13:00-13:45	Aquafitness/Aquajogging	Eleni	Sportbecken Vereinsanlage	
Sonntag, 26. August 2018					
Montag, 27. August 2018	18:00-20:15	Triathlon Einsteiger (Anmeldung erforderlich)	Laura	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Dienstag, 28. August 2018					
Mittwoch, 29. August 2018	17:30-19:00	Aquafitness Spezial / 90 Minuten	Bettina	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
	19:00-20:10	Vinyasa Yoga (Anmeldung erforderlich)	Gaby	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Donnerstag, 30. August 2018					
Freitag, 31. August 2018					
Samstag, 1. September 2018					
Sonntag, 2. September 2018					
Montag, 3. September 2018					
Dienstag, 4. September 2018					
Mittwoch, 5. September 2018	17:30-19:00	Aquafitness Spezial / 90 Minuten	Bettina	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
	19:00-20:10	Vinyasa Yoga (Anmeldung erforderlich)	Gaby	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Donnerstag, 6. September 2018					
Freitag, 7. September 2018					
Samstag, 8. September 2018					
Sonntag, 9. September 2018					
Montag, 10. September 2018	17:15-18:15	Pilates	Dorothea	Vereinsanlage	

Dienstag, 11. September 2018					
Mittwoch, 12. September 2018	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
	19:00-20:10	Vinyasa Yoga (Anmeldung erforderlich)	Gaby	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Donnerstag, 13. September 2018					
Freitag, 14. September 2018					
Samstag, 15. September 2018					
Sonntag, 16. September 2018					
Montag, 17. September 2018	17:15-18:15	Pilates	Dorothea	Vereinsanlage	
Dienstag, 18. September 2018					
Mittwoch, 19. September 2018	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
	19:00-20:10	Vinyasa Yoga (Anmeldung erforderlich)	Gaby	Vereinsanlage	kostenpflichtig
Donnerstag, 20. September 2018					
Freitag, 21. September 2018					
Samstag, 22. September 2018					
Sonntag, 23. September 2018					
Montag, 24. September 2018	17:15-18:15	Pilates	Dorothea	Vereinsanlage	
Dienstag, 25. September 2018					
Mittwoch, 26. September 2018	18:30-19:30	Schwimmtraining für Erwachsene	Laura	Sportbecken Vereinsanlage	
	18:30-19:30	Schwimmtraining für Triathleten	Tanja	Sportbecken Vereinsanlage	
Donnerstag, 27. September 2018					
Freitag, 28. September 2018					
Samstag, 29. September 2018					
Sonntag, 30. September 2018					