

Belegungsplan Mehrzweckraum Sportheim Lachte-Stadion, Sommer 2025

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9.00			9.15 :Herzsport Anne Steitzer		
9.30					
10.00					
10.30					
11.00					
11.30					
12.00					
12.30					
13.00					
13.30					
14.00					Gymnastik, Frauke Meyer
14.30					(im Sommern bei Regen)
15.00					
15.30					
16.00					
16.30				Onkofitness	
17.00			17.15-18.45 VHS-Yogakurse	Claudia Gehring	
17.30				Herzsport	
18.00	Rückengymnastik				(im Sommer bei Regen)
18.30	Angelika Koster		Frau Nolte		
19.00	Rückengymnastik			Pilates	
19.30	Angelika Koster			Imme Klages	
20.00		Tai Chi	TaiChi, Schwertform		
20.30		Ansprechpartner:	1. und 3. im Monat		
21.00		Wolfgang Kulesza			
21.30					