

Übersicht der Sportangebote:

Montag	Dienstag
9.00 - 15.00 Uhr Tennisplatz ohne Trainer (TSC)	15.00 - 16.00 Uhr Abenteuer- & Ball (7 – 12 J.) (TuS, TH Wichlinghofen)
10.00 - 12.00 Uhr Tennisplatz mit Trainer (TSC)	16.00 - 17.00 Uhr Problemzonengym. (Damen) (TuS, TH Wichlinghofen)
14.00 - 15.30 Uhr Judo (6 - 10 Jahre) (TuS, TH Wichlinghofen)	16.00 - 17.30 Uhr Akrobatik (8 – 12 Jahre) (TuS, TH Weingartenschule)
15.30 - 17.00 Uhr Judo (10 - 14 Jahre) (TuS, TH Wichlinghofen)	17.00 - 18.30 Uhr Tischtennis (ab 9 Jahre) (TuS, TH Wichlinghofen)
16.00 - 17.30 Uhr Sport bei Diabetes (TuS, TH Weingartenschule)	17.00 - 19.00 Uhr Schwimmbildung (SSC, HH)
16.00 - 16.45 Uhr Babyschwimmen (SSC, HH)	17.30 - 19.00 Uhr Sanftes Rückentraining (TuS, TH Weingartenschule)
17.00 – 17.45 Uhr Schwimmbildung (SSC, HH)	18.30 - 20.00 Uhr Volleyball (Mixed) (TuS, TH Wichlinghofen)
18.00 - 20.00 Uhr Tennisplatz mit Trainer (TSC)	20.00 - 22.00 Uhr Fitness im Studio (SSC, HH)
20.00 – 22.00 Uhr Volleyball (Damen) (TuS, TH Wichlinghofen)	Mittwoch
Dienstag	9.00 - 15.00 Uhr Tennisplatz ohne Trainer (TSC)
9.00 - 15.00 Uhr Tennisplatz ohne Trainer (TSC)	9.00 - 11.00 Uhr Fitness im Studio (SSC, HH)
9.00 - 11.00 Uhr Fitness im Studio (SSC, HH)	15.00 - 16.30 Uhr Sport, Spiel, Spaß (5 - 7 J.) (TuS, TH Wichlinghofen)

Mittwoch	Donnerstag
16.30 - 18.00 Uhr Sport, Spiel, Spaß (ab 7 J.) (TuS, TH Wichlinghofen)	11.00 - 13.00 Uhr Tennisplatz mit Trainer (TSC)
17.00 - 19.00 Uhr Schwimmbildung (SSC, HH)	14.45 - 16.15 Uhr Sport, Spiel, Spaß (3 - 5 J.) (TuS, TH Wichlinghofen)
18.00 - 19.30 Uhr Gymnastik (Damen) (TuS, TH Lieberfeld)	16.00 - 18.00 Uhr Familienschwimmen (SSC, HH)
19.00 - 20.30 Uhr Yoga (TuS, Olpketalgrundschule)	16.15 - 17.30 Uhr Eltern-Kind-Turnen (1,5-3 J.) (TuS, TH Wichlinghofen)
19.00 - 19.45 und 20.00 -20.45 Aquafitness (SSC, HH)	16.30 - 17.30 Uhr Schülertraining (10-15 J.) (SCW, GvR)
19.30 - 21.30 Uhr freie Spiele (BB, Fußball, ...) (SCW, GvR)	16.30 - 18.00 Uhr Sport bei Diabetes (TuS, Sankt-Josefs-H.)
20.00 - 22.00 Uhr Fitness im Studio (SSC, HH)	17.30 - 19.00 Uhr Jugendtraining (16-27 J.) (SCW, GvR)
20.00 - 22.00 Uhr Judo (Erwachsene) (TuS, TH Wichlinghofen)	17.30 - 19.00 Uhr Wirbelsäulengymnastik (TuS, TH Wichlinghofen)
20.30 - 21.15 Uhr Aquajogging (SSC, HH)	18.00 Uhr Nordic Walking (SCW, ab Gut Niederhofen)
Donnerstag	18.30 - 20.00 Uhr Gymnastik (Damen) (TuS, TH Lieberfeld)
9.00 - 15.00 Uhr Tennisplatz ohne Trainer (TSC)	19.00 - 20.00 Uhr Sanftes Rückentraining (SCW, GvR)
9.00 - 11.00 Uhr Fitness im Studio (SSC, HH)	20.00 - 22.00 Uhr Fitness im Studio (SSC, HH)

Donnerstag	Freitag
20.00 - 21.30 Uhr In- & Outdoorfitness (SCW, GvR)	20.00 -20.45 Uhr Aquafitness (SSC, HH)
20.15 - 21.30 Uhr Gymnastik (Damen) (TuS, TH Wichlinghofen)	20.00 - 22.00 Uhr Fitness im Studio (SSC, HH)
Freitag	20.00 - 21.30 Uhr Gymn. & Ballsp. Herren (TuS, TH Wichlinghofen)
9.00 - 15.00 Uhr Tennisplatz ohne Trainer (TSC)	Samstag
9.00 - 11.00 Uhr Fitness im Studio (SSC, HH)	16.00 - 18.00 Uhr Familienschwimmen (SSC, HH)
14.00 - 15.30: Judo 6 - 10 J. 15.30 - 17.00: Judo 10 - 14 J. (TuS, TH Wichlinghofen)	17.00 - 18.00 Uhr Aquajogging (SSC, HH)
16.00 - 17.00 Uhr Eltern-Kind-Turnen (1,5 - 3 J.) (SCW, GvR)	Sonntag
17.00 - 18.00 Uhr Kleinkindturnen (4 - 6 J.) (SCW, GvR)	Rad- und Wanderfahrten für die ganze Familie (RSV)
17.00 - 18.30 Uhr Judo (Jugendliche & Erw.) (TuS, TH Wichlinghofen)	10.00 - 12.00 Uhr Familienschwimmen (SSC, HH)
17.00 - 18.45 Uhr: Kinder 19.00 - 19.45 Uhr: Erwachsene	ab 10.00 Uhr Bike On (RSV) 24.04./ 01.05./
18.00 - 19.00 Uhr Kinderturnen (6 - 10 J.) (SCW, GvR)	17.00 - 21.00 Uhr Tennisplatz ohne Trainer
18.30 - 20.00 Uhr Tischtennis (TuS, TH Wichlinghofen)	17.00 - 19.00 Uhr Tennisplatz mit Trainer (TSC)