Belegung Halle VfK

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07.00-08.00	Reinigung						
08.00-08.30			**Koronar** Marianne Wolf 8.30 - 13.00 Uhr				
08:30-09:00							
09.00-09.30							
09:30-10:00	**Schongymnastik** Karin Bielicke / Christel Kassem 10.00 - 11.00 Uhr						
10.00-10.30		**Gymnastik** Jutta Nehring/ Bärbel Buse 10.00 - 12.00 Uhr		**Koronar** Marianne Wolf 10.00 - 13.00 Uhr	**Koronar** Marianne Wolf 10.00 - 13.00 Uhr		**Zumba** Andrea Büchner 10.00 - 11.00 Uhr
10.30-11.00							
11.00-11.30	**Feldenkrais** Jochen Jadkowski 11.00 - 12.30 Uhr 10 Wo. (24.08.-26.10.26)						
11.30-12.00							
12.00-12.30							
12.30-13.00							
13.00-13.30		**TT - Freizeit** 13.00 - 16.30 Uhr		**TT - Freizeit** 13.00 - 16.30 Uhr			**Tischtennis** Claudia Ruppert-M. 13.00 - 15.00 Uhr
13.30-14.00							
14.00-14.30							
14.30-15.00					**Freies Tanzen** Herbert Schwarz 14.15 - 15.15 Uhr		
15.00-15.30			**Wirbelsäulen-Gymnastik** Annette Lipke (1) 15.00 - 16.00 Uhr (2) 16.00 - 17.00 Uhr				
15.30-16.00							
16.00-16.30							
16.30-17.00					**Ganzkörpergymnastik** M. Gonzales/ L. Huber 16.30 - 17.30 Uhr		
17.00-17.30	**Pilates** Lea Huber 17.00 - 18.00 Uhr	**Gymnastik** Jürgen Weber 16.45 - 17.45 Uhr		**GoJumping I** Tania Lipowski 17.00 - 18.00 Uhr			
17.30-18.00					**Dance@Line-Kurs** Peggy Baumann 17.30 - 19.00 Uhr		
18.00-18.30		**Koronar** Marianne Wolf 18.00 - 19.30 Uhr	**Zumba** Andrea Büchner 18.00 - 19.00 Uhr	**GoJumping II** Tania Lipowski 18.00 - 19.00 Uhr			
18.30-19.00	**Gymnastik** Monika Engel 18.30 - 19.30 Uhr			**Kraft** / W. Wachs			
19.00-19.30			**Zirkeltraining** Peggy Baumann 19.00 - 20.30 Uhr		**Yoga** Tanja Gierke 19.00 - 20.30 Uhr		
19.30-20.00	**Kraft** / W. Wachs			**Step & Stretch** Juliane Balder 19.30 - 20.30 Uhr			
20.00-20.30							
20.30-21.00							
21.00-21.30							

genehmigt durch Vorstand 01.08.2026

eine weitere Hallennutzung ist nur nach Absprache mit dem Sportwart / Vorstand möglich