



Wochentag	Kurs	Uhrzeit & Ort	Übungsleiter
Montag	Familieturnen (3-6 Jahre)	15:00–16:00, Waldorfschule	Annette u. Kirsten
Montag	Familieturnen (1-3 Jahre)	16:00–17:00, Waldorfschule	Annette u. Kirsten
Montag	Zumba	18:00–19:00, Waldorfschule	Tatjana
Montag	Volleyball	19:00–21:00, Waldorfschule	Daniela
Dienstag	Kinderturnen	16:00–17:30, Waldorfschule	Uli
Dienstag	Leichte Aerobic	18:00–19:00, Waldorfschule	Thordis
Dienstag	BOP	19:00–20:00, Waldorfschule	Thordis
Dienstag	Sport ältere Herren	18:30–19:30, Alfred-Delp-Schule	Gerd
Dienstag	Trimmen Männer	19:30–21:30, Alfred-Delp-Schule	Günter
Mittwoch	Walken	09:00–10:00, Selbachpark	Achim
Mittwoch	Leichtathletik	16:00–17:45, Waldorfschule/Selbachpark	Peter
Mittwoch	Zumba	19:00–20:00, Waldorfschule	Tatjana
Donnerstag	Radfahrtraining	18:00–20:00, Parkplatz Waldorfschule	Ralf
Donnerstag	Tabata	18:30–19:30, Waldorfschule	Maren
Sonntag	Nordic Walking	10:00–11:30, Kissinger Höhe	Ralf

Stand: 26.05.2026