

	Montag - 11.08.25			Dienstag - 12.08.25			Mittwoch - 13.08.25										
	TV Halle	TV Saal	extern	TV Halle	TV Saal	extern	TV Halle	TV Saal	extern	TV Halle	TV Saal	extern	TV Halle	TV Saal	extern	Im Parc	
08:00																	
08:15																	
08:30		08:30 - 09:15 Rehasport		08:30 - 09:30 Wirbelsäule				08:30-09:45 Bauch- Beine-Po									
08:45																	
09:00																	
09:15		09:15 - 09:45															
09:30		Funktionstr.		09:30 - 10:30													
09:45				Beckenboden Training								09:30-10:30 Lauftreff Volkspark Bokel					
10:00		10:00-11:00 Korce							10:00 - 10:45 Rehasport								
10:15																	
10:30																	
10:45						10:45-12:00 Kraftsport Ü 60											
11:00						Kraftraum HvK			10:45 - 11:15 Funktionstr.								
11:15																	
11:30																	
11:45																	
12:00						14:15-15:00						13:00 - 13:45 Reha Wasser St. Lukas					
12:15			14:00 - 14:30			Reha Wasser St. Lukas											
12:30			FU Wasser														
15:30			14:30 - 15:00			15.30-16:30											
15:45			St. Lukas			Männer- sport HvK											
16:00																	
16:15																	
16:30	16:30 - 17:30																
16:45	Hockergymn.						16:45-17:45										
17:00		17:00-18:15 Line Dance					Indoor Cycling	17:00-18:00 Frauengymn.	17:00 - 18:30 Qigong Stadtspark								
17:15																	
17:30				17:30-18:30	17:30 - 18:30												
17:45	17:45 - 18:45			Complete Body	Wirbelsäule		17:45-18:45										
18:00	Indoor Cycling		18:00 - 18:30	Body Workout			Langhantel	18:00 - 18:45 Rehasport	bei schönem Wetter								
18:15		18:15-19:15 Line Dance	FU Wasser														
18:30			18:30 - 19:00														
18:45	S. Lukas			18:45 - 19:15					oder								
19:00	19:00 - 20:00		19:00 - 20:00	Hot Iron	Funktionstr.		19:00 - 20:00 Step Aerobic	19:00-20:00 Balance	19:00 - 20:30 Qigong Tabi St. Lukas								
19:15	Step Aerobic		Walking														
19:30		19:30 - 20:15 Rehasport	Herzsport		19:30 - 20:30												
19:45			Volkspark Bokel		Frauengymn.												
20:00																	
20:15	20:15-21:15			20:00 - 21:00 KamiBo								bei schlechtem Wetter					
20:30	Langhantel		20:30 - 21:30				20:15-21:15 Zumba										
20:45			Aquajogging														
21:00			Freibad														
21:15																	