

Kalender 2022



Januar 2022

1.1	Sa	Frohes neues Jahr
2.1	So	Gerätetraining im Studio mit Ralf 2G
3.1	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
4.1	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
5.1	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
6.1	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
7.1	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
8.1	Sa	Line Dance mit Ilse - Fortgeschrittene 2G / Line Dance
9.1	So	Gerätetraining im Studio mit Ralf 2G / Ballett Open Class
10.1	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
11.1	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
12.1	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
13.1	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
14.1	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
15.1	Sa	Line Dance mit Ilse - Fortgeschrittene 2G+ / Line Dance
16.1	So	Gerätetraining im Studio mit Hilke 2G+ / Ballett Open Class
17.1	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
18.1	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
19.1	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata Spezial (Mittel- / Oberstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Herzgruppe / Kundalini Yoga at Home (Zoom) / Pilates mit Christina 2G+ / Wirbelsäulengymnastik 1 mit Christina 2G+ / Wirbelsäulengymnastik 2 mit Christina 2G+ / Fit & Move mit Claudia Nicole 2G+ / Gymnastik Damen 40 plus mit Nicole 2G+ / Choro Dance mit Claudia 2G+ / Hatha Yoga mit Barbara 2G+ (Gymnastikhalle) / Zumba mit Cigdem (Vertretung) 2G+ / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Mariola (Seiteneingang benutzen - Gruppe darf sich nicht mit Trainierenden im Studio mischen) / Gerätetraining im Studio mit Mariola 2G+ (GESundFIT) / Fit in den Tag mit Mariola 2G+ (Kursraum) / Lungensport-Gruppe mit Petra / Gerätetraining im Studio mit Petra 2G+ (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Petra (Seitenein-/ausgang benutzen - Gruppe darf sich nicht mit Trainierenden im Studio / anderer Gruppe mischen) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Petra / ABGESAGT: Kreativer Kindertanz 4 - 6 Jahre mit Heike / "Mach mit bleib fit" Hockerguppe (Martina Sachau) / ABGESAGT: "Mach mit - bleib fit" Qigong-Gruppe (Martina Sachau) / JUDO U8/U11 / JUDO U13/U15 / JUDO U18/21 + Erwachsene / JUDO

Freizeit-Gruppe Erwachsene /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / ABGESAGT: Kreativer
Kindertanz 7 - 9 Jahre mit Heike /
Flitzerstunde mit Bobbycar-Parkour
/ ABGESAGT: Trampolin Alter 4 - 6
Jahre

20.1 Do Handball 2. Damen / Karate Jugend
und Erwachsene (Mittelstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / Lungensportgruppe /
Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Kinderballett I / Pilates & Faszien
mit Christa 2G+ / Senioren Fit mit
Katja 2G+ / Qigong mit Christa 2G+
(Sitzungsraum BSV-Zentrum) /
Osteoporose-Sport/
Sturzprophylaxe mit Katja 2G+ /
Gymnastik für Senioren mit Sabine
2G+ / Online-Workout mit Sanni
(Instagram) / Yoga SANFT mit
Linda 2G+ / Rücken-Aktiv mit Katja
2G+ / Tanzkurs Fortgeschrittene
Standard/Latein 2G+ /
Gerätetraining im Studio mit Hilke
2G+ (GESundFIT) / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Hilke /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hilke / Gerätetraining im Studio
mit Hilke 2G+ (GESundFIT) / Ballett
Open Class (Mittelstufe ab 16 J.) /
Volleyball - Hobbygruppe /
Betriebssport DEA / Ballspiele für
Kids ab 7 Jahre - Vladimir /
Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole /
Gerätturnen Fortgeschrittene bei
Nicole Ebert / DUO-Sport in der
Halle / Treffen bei Martin /
Bramfelder Hof / DUO-Sport in der
Halle / Treffen bei Martin /
Bramfelder Hof / ABGESAGT:
Trampolin Alter 10 - 12 Jahre /
ABGESAGT: Trampolin Alter 13 -
15 Jahre & Fortgeschrittene /

ABGESAGT: Trampolin als
Breitensport für Eltern & Ältere /
DUO Sport Halle / Treffen bei
Martin Bramfelder Hof / DUO-Sport
in der Halle / Treffen bei Martin /
Bramfelder Hof

21.1	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
22.1	Sa	Line Dance mit Ilse - Fortgeschrittene 2G+ / Line Dance
23.1	So	Gerätetraining im Studio mit Ralf 2G+ / Ballett Open Class
24.1	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Fortgeschrittene (Kumite) / Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert 2G / Bauch Beine Rücken Po mit Katja 2G+ / Wirbelsäulengymnastik mit Katja 2G+ / Wirbelsäulengymnastik mit Katja 2G+ / Wirbelsäulengymnastik mit Katja 2G+ (Ausweichgruppe bei Platzmangel) / Qigong mit Christa 2G+ (Sitzungsraum BSV-Zentrum) / Nordic Walking selbst organisiert 2G (Einsteiger) / Zumba mit Ava 2G+ / Herren 55 Plus mit Ava 2G+ / Pilatoning mit Tanja 2G+ / Gerätetraining im Studio mit Hilke 2G+ (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Gerätetraining im Studio mit Matthias 2G+ (GESundFIT) / JUDO der U11 / JUDO U13/U15 / JUDO U18/21 + Erwachsene / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Kreativer Kindertanz mit Heike / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Eltern-Kind-Turnen bei Susanne /

Tanz, Spiel und Spaß mit Heike /
Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole /
Kundalini Yoga mit Hari Bhajan
Simran Kaor - ONLINE /
Fußballkindergarten (2017) /
Vorstandssitzung

25.1 Di Handball 2. Damen / Karate Jugend
und Erwachsene (Mittelstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Kinderballett (Vorstufe) /
Kinderballett I / Body in Balance mit
Claudia 2G+ / Complete Body
Workout mit Claudia 2G+ / Aerobic
mit Claudia 2G+ / Qigong mit
Christa (Vertretung) 2G+ /
BBPR/Workout mit Sanni 2G+ /
Tanzkreis Standard/Latein 2G+ /
Functional Step mit Sanni 2G+ /
Krav Maga / Selbstverteidigung
2G+ / Gerätetraining im Studio mit
Katja 2G+ (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hilke / Lungensport-Gruppe mit
Hilke / Gerätetraining im Studio mit
Hilke 2G+ (GESundFIT) / "Mach mit
- bleib fit" Hockerguppe (Sabine
Skarpil) / "Mach mit - bleib fit"
Sportgruppe (Sabine Skarpil) /
Sportgruppe Sabine Skarpil extern /

Trampolin Alter: 7 - 9 Jahre /
Trampolin Alter 16+ &
Fortgeschrittene /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Gerätturnen Dienstag bei
Judith / Gerätturnen ab 5 Jahre /
Anfänger mit Nicole/Pitt /
Gerätturnen Anfänger mit Nicole
Ebert / Gerätturnen
Wettkampfgruppe bei Bianca /
Gerätturnen ab 8
Jahre/Fortgeschrittene mit Marie

26.1 Mi Handball 1. Damen / Karate
Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
Spezial (Mittel- / Oberstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / Kundalini Yoga at
Home (Zoom) / Pilates mit Christina
2G+ / Wirbelsäulengymnastik 1 mit
Christina 2G+ /
Wirbelsäulengymnastik 2 mit
Christina 2G+ / Fit & Move mit
Claudia 2G+ / Gymnastik Damen 40
plus mit Nicole 2G+ / Choreo Dance
mit Claudia 2G+ / Hatha Yoga mit
Barbara 2G+ (Gymnastikhalle) /
Zumba mit Cigdem 2G+ /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Mariola (Seiteneingang
benutzen - Gruppe darf sich nicht
mit Trainierenden im Studio
mischen) / Gerätetraining im Studio
mit Mariola 2G+ (GESundFIT) / Fit
in den Tag mit Mariola 2G+
(Kursraum) / Lungensport-Gruppe

mit Petra / Gerätetraining im Studio
mit Petra 2G+ (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Petra (Seitenein-/ausgang
benutzen - Gruppe darf sich nicht
mit Trainierenden im Studio /
anderer Gruppe mischen) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Petra / Kreativer Kindertanz 4 -
6 Jahre mit Heike / ABGESAGT:
"Mach mit - bleib fit" Hockergruppe
(Martina Sachau) / JUDO U8/U11 /
JUDO U13/U15 / JUDO U18/21 +
Erwachsene / JUDO
Freizeit-Gruppe Erwachsene /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Kreativer Kindertanz 7 - 9
Jahre mit Heike / Flitzerstunde mit
Bobbycar-Parkour / Trampolin Alter
4 - 6 Jahre

27.1 Do Handball 2. Damen / Karate Jugend
und Erwachsene (Mittelstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / Lungensportgruppe /
Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Kinderballett I / Pilates & Faszien
mit Christa 2G+ / Senioren Fit mit
Katja 2G+ / Qigong mit Christa 2G+
(Sitzungsraum BSV-Zentrum) /
Osteoporose-Sport/
Sturzprophylaxe mit Katja 2G+ /
Gymnastik für Senioren mit Sabine
2G+ / Online-Workout mit Sanni
(Instagram) / Yoga SANFT mit
Linda 2G+ / Rücken-Aktiv mit Katja
2G+ / Tanzkurs Fortgeschrittene
Standard/Latein 2G+ /
Gerätetraining im Studio mit Ralf
2G+ (GESundFIT) / Orthopädische

Rehasport-Gruppe mit Hilke /
 Orthopädische Rehasport-Gruppe
 mit Hilke / Gerätetraining im Studio
 mit Hilke 2G+ (GESundFIT) / Ballett
 Open Class (Mittelstufe ab 16 J.) /
 Betriebssport DEA / Ballspiele für
 Kids ab 7 Jahre - Vladimir /
 Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole /
 Gerätturnen Fortgeschrittene bei
 Nicole Ebert / DUO-Sport in der
 Halle / Treffen bei Martin /
 Bramfelder Hof / DUO-Sport in der
 Halle / Treffen bei Martin /
 Bramfelder Hof / Trampolin Alter
 10 - 12 Jahre / Trampolin Alter 13 -
 15 Jahre & Fortgeschrittene /
 Trampolin als Breitensport für Eltern
 & Ältere / DUO Sport Halle / Treffen
 bei Martin Bramfelder Hof /
 DUO-Sport in der Halle / Treffen bei
 Martin / Bramfelder Hof

28.1 Fr Karate Anfänger (Unterstufe) /
 Karate Jugend / Erwachsene
 (Mittel- / Oberstufe) / Leichtathletik
 / Aikido-Jugendtraining /
 Aikido-Erwachsenentraining /
 ABGESAGT: Freie Meditation 2G+ /
 Yoga mit Linda 2G+ / Orientalischer
 Tanz mit Aritah 2G+ / Yoga &
 Meditation mit Norbert 2G+ /
 Gerätetraining im Studio mit Katja
 2G+ (GESundFIT) / Gerätetraining
 im Studio mit Katja 2G+
 (GESundFIT) / "Mach mit - bleib fit"
 Seniorengruppe (Norbert Hauschild
 - 9 TN) / JUDO U8/U10 / JUDO
 U12/U15 / JUDO U18/21 +
 Erwachsene / Babyturnen 0-3 Jahre
 bei Nicole / Eltern-Kind-Turnen 1 - 5

Jahre bei Nicole / Talentgruppe
Gerätturnen mit Pitt/Marie/Nicole /
Eltern-Kind-Turnen 1 - 5 Jahre bei
Nicole / Wettkampfgruppe
Gerätturnen 17:45 - 19:45 /
Fußballkindergarten (2017)

- 29.1SaLine Dance mit Ilse -
Fortgeschrittene 2G+ / Line Dance
- 30.1SoGerätetraining im Studio mit Oskar
2G+ / Ballett Open Class
- 31.1MoHandball 1. Damen / Karate
Anfänger (Unterstufe) / Karate
Fortgeschrittene (Kumite) / Walking
(Fortgeschrittene) selbst organisiert
2G / Bauch Beine Rücken Po mit
Katja 2G+ / Wirbelsäulengymnastik
mit Katja 2G+ /
Wirbelsäulengymnastik mit Katja
2G+ / Wirbelsäulengymnastik mit
Katja 2G+ (Ausweichgruppe bei

Platzmangel) / Qigong mit Christa 2G+ (Sitzungsraum BSV-Zentrum) / Nordic Walking selbst organisiert 2G (Einsteiger) / Zumba mit Ava 2G+ / Herren 55 Plus mit Ava 2G+ / Pilatoning mit Tanja 2G+ / Gerätetraining im Studio mit Hilke 2G+ (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Gerätetraining im Studio mit Matthias 2G+ (GESundFIT) / JUDO der U11 / JUDO U13/U15 / JUDO U18/21 + Erwachsene / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Kreativer Kindertanz mit Heike / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Eltern-Kind-Turnen bei Susanne / Tanz, Spiel und Spaß mit Heike / Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole / Kundalini Yoga mit Hari Bhajan
Simran Kaor - ONLINE /
Fußballkindergarten (2017) /
Kundalini Yoga Vertretung Martina
mit Qigong 2G+

Februar 2022

1.2	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
2.2	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
3.2	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
4.2	Fr	Karate Jugend / Erwachsene
5.2	Sa	1. Hilfe-Kurs Thema "Sportverletzungen" / Gerätetraining im Studio mit Hilke
6.2	So	Gerätetraining im Studio mit Oskar 2G+ / Ballett Open Class
7.2	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Fortgeschrittene (Kumite) / Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert
8.2	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
9.2	Mi	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
10.2	Do	Gerätetraining im Studio mit Oskar 2G+ / JUDO Athletik- und Gerätetraining im Studio mit Ralf 2G+ / Ballett Open Class
11.2	Fr	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Fortgeschrittene (Kumite) / Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert
12.2	Sa	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
13.2	So	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
14.2	Mo	Gerätetraining im Studio mit Hilke 2G+ / JUDO Athletik- und Gerätetraining im Studio mit Ralf 2G+ / Ballett Open Class
15.2	Di	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Fortgeschrittene (Kumite) / Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert
16.2	Mi	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
17.2	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
18.2	Fr	Gerätetraining im Studio mit Hilke 2G+ / JUDO Athletik- und Gerätetraining im Studio mit Ralf 2G+ / Ballett Open Class
19.2	Sa	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Fortgeschrittene (Kumite) / Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert
20.2	So	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
21.2	Mo	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
		Gerätetraining im Studio mit Hilke 2G+ (GESundFIT) / Gerätetraining im Studio mit Matthias 2G+ (GESundFIT) / ABGESAGT: Fußballkindergarten (2017) / "Mach mit - bleib fit" Hockergruppe (Martina Sachau) / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Kreativer Kindertanz mit Heike / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Eltern-Kind-Turnen bei Susanne / Spiel und Spaß mit Heike / Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole /

- 22.2 Di Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Herzgruppe / Aikido-Kindertraining / Aikido-Erwachsenentraining / Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett I / "Mach mit - bleib fit" Hockergruppe (Sabine Skarpil) / "Mach mit - bleib fit" Sportgruppe (Sabine Skarpil) / Sportgruppe Sabine Skarpil extern / Trampolin Alter: 7 - 9 Jahre / Trampolin Alter 16+ & Fortgeschrittene / Body in Balance mit Claudia 2G+ / Complete Body Workout mit Claudia 2G+ / Aerobic mit Claudia 2G+ / Qigong mit Christa (Vertretung) 2G+ / BBPR/Workout mit Sanni 2G+ / Tanzkreis Standard/Latein 2G+ / Functional Step mit Sanni 2G+ / Krav Maga / Selbstverteidigung 2G+ / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Lungensport-Gruppe mit Hilke / Gerätetraining im Studio mit Katja 2G+ (GESundFIT) / Gerätetraining im Studio mit Hilke 2G+ (GESundFIT) / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Gerätturnen Dienstag bei Judith / Gerätturnen ab 5 Jahre / Anfänger mit Nicole/Pitt / Gerätturnen Anfänger mit Nicole

Ebert / Gerätturnen
Wettkampfgruppe bei Bianca /
Gerätturnen ab 8
Jahre/Fortgeschrittene mit Marie

23.2 Mi Handball 1. Damen / Karate
Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
Spezial (Mittel- / Oberstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / JUDO U8/U11 / JUDO
U13/U15 / JUDO U18/21 +
Erwachsene / JUDO
Freizeit-Gruppe Erwachsene /
Trampolin Alter 4 - 6 Jahre /
Kundalini Yoga at Home (Zoom) /
Pilates mit Christina 2G+ /
Wirbelsäulengymnastik 1 mit
Christina 2G+ /
Wirbelsäulengymnastik 2 mit
Christina 2G+ / Fit & Move mit
Claudia 2G+ / Gymnastik Damen 40
plus mit Nicole 2G+ / Choreo Dance
mit Claudia 2G+ / Hatha Yoga mit
Barbara 2G+ (Gymnastikhalle) /
Zumba mit Jessica 2G+ /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Mariola (Seiteneingang
benutzen - Gruppe darf sich nicht
mit Trainierenden im Studio
mischen) / Lungensport-Gruppe mit
Petra / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Petra
(Seitenein-/ausgang benutzen -
Gruppe darf sich nicht mit
Trainierenden im Studio / anderer

Gruppe mischen) / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Petra /
Gerätetraining im Studio mit Mariola
2G+ (GESundFIT) / Gerätetraining
im Studio mit Petra 2G+
(GESundFIT) / Fit in den Tag mit
Mariola 2G+ (Kursraum) / Kreativer
Kindertanz 4 - 6 Jahre mit Heike /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Kreativer Kindertanz 7 - 9
Jahre mit Heike / Flitzerstunde mit
Bobbycar-Parkour / "My fair Lady" -
Probe für DUO-Sport Reise April
2022

24.2 Do Handball 2. Damen / Karate Jugend
und Erwachsene (Mittelstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / Lungensportgruppe /
Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Kinderballett I / Ballett Open Class
(Mittelstufe ab 16 J.) / Betriebssport
DEA / Trampolin Alter 10 - 12
Jahre / Trampolin Alter 13 - 15
Jahre & Fortgeschrittene /
Trampolin als Breitensport für Eltern
& Ältere / Pilates & Faszien mit
Christa 2G+ / Senioren Fit mit
Sabine (Vertretung) 2G+ / Qigong
mit Christa 2G+ (Sitzungsraum
BSV-Zentrum) /
Osteoporose-Sport/
Sturzprophylaxe mit Sabine
(Vertretung) 2G+ / Gymnastik für
Senioren mit Sabine 2G+ /
Online-Workout mit Sanni
(Instagram) / Yoga SANFT mit
Linda 2G+ / Rücken-Aktiv mit Katja
2G+ / Tanzkurs Fortgeschrittene
Standard/Latein 2G+ /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Katja / Orthopädische

Rehasport-Gruppe mit Katja /
Gerätetraining im Studio mit Katja
2G+ (GESundFIT) / Gerätetraining
im Studio mit Ralf 2G+
(GESundFIT) / Ballspiele für Kids
ab 7 Jahre / Kinderturnen 4 - 8
Jahre bei Nicole / Gerättturnen
Fortgeschrittene bei Nicole Ebert /
ABGESAGT: DUO Sport Halle /
Treffen bei Martin Bramfelder Hof /
ABGESAGT: DUO-Sport in der
Halle / ABGESAGT: Treffen bei
Martin / Bramfelder Hof / Treffen bei
Martin Bramfelder Hof

25.2 Fr Karate Anfänger (Unterstufe) /
Karate Jugend / Erwachsene
(Mittel- / Oberstufe) / Leichtathletik
/ Aikido-Jugendtraining /
Aikido-Erwachsenentraining / "Mach
mit - bleib fit" Seniorengruppe
(Norbert Hauschild - 6 TN) / JUDO
U8/U10 / JUDO U12/U15 / JUDO
U18/21 + Erwachsene /
ABGESAGT: Freie Meditation 2G+ /
Yoga mit Linda 2G+ / Orientalischer
Tanz mit Afritah 2G+ / Yoga &
Meditation mit Norbert 2G+ /
Gerätetraining im Studio mit Paul
2G+ (GESundFIT) / Gerätetraining
im Studio mit Katja 2G+
(GESundFIT) / ABGESAGT:
Fußballkindergarten (2017) /
Eltern-Kind-Turnen 1 - 5 Jahre bei
Nicole - Fasching / Talentgruppe
Gerättturnen mit Pitt/Marie/Nicole /
Eltern-Kind-Turnen 1 - 5 Jahre bei
Nicole - Fasching /
Wettkampfgruppe Gerättturnen
17:45 - 19:45 / Babyturnen 0-3

26.2	Sa	Line Dance mit Ilse - Fortgeschrittene 2G+ / Line Dance mit Ilse - Fortgeschrittene 2G+ /
27.2	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett
28.2	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Fortgeschrittene (Kumite) / Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert 2G / JUDO der U11 / JUDO U13/U15 / JUDO U18/21 + Erwachsene / Bauch Beine Rücken Po mit Katja 2G+ / Wirbelsäulengymnastik mit Katja 2G+ / Qigong mit Christa 2G+ (Sitzungsraum BSV-Zentrum) / Wirbelsäulengymnastik mit Katja 2G+ / Wirbelsäulengymnastik mit Katja 2G+ (Ausweichgruppe bei Platzmangel) / Zumba mit Jessica (Vertretung) 2G+ / Herren 55 Plus mit Jessica (Vertretung) 2G+ / Pilatoning mit Tanja 2G+ /

Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hilke / Kundalini Yoga Hatri
Bhajan Simran Kaor /
Gerätetraining im Studio mit
Matthias 2G+ (GeSundFIT) /
Gerätetraining im Studio mit Hilke
2G+ (GeSundFIT) /
Fußballkindergruppen (2017) / "Mach
mit" - Spielkindergruppe
(Martina Sachau) /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole - Fasching / Kreativer
Kindertanz mit Heike /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole - Fasching /
Eltern-Kind-Turnen bei Susanne -
Fasching / Spiel und Spaß mit
Heike / Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei
Nicole - Fasching

März 2022

1.3	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Kinderballett (Vorstufe) /
2.3	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
3.3	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
4.3	Fr	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
5.3	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Gerätetraining im Studio mit Hilke
6.3	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett Anfänger (Unterstufe) / Karate
7.3	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
8.3	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
9.3	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
10.3	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
11.3	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
12.3	Sa	Gerätetraining im Studio mit Ralf 3G / Line Dance mit Ilse - Fortgeschrittene 3G / Line Dance
13.3	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett Anfänger (Unterstufe) / Karate
14.3	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
15.3	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
16.3	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
17.3	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
18.3	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
19.3	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Gerätetraining im Studio mit Hilke
20.3	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett Anfänger (Unterstufe) / Karate
21.3	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
22.3	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett / Trampolin Alter: 7 - 9 Jahre / Trampolin Alter 16+ & Fortgeschrittene / Tanzkreis Standard/Latein 3G / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Katja / Lungensport-Gruppe mit Katja / Gerätetraining im Studio mit Katja 3G (GESundFIT) / Gerätetraining im Studio mit Katja 3G (GESundFIT) / Body in Balance mit Claudia 3G / Complete Body Workout mit Claudia 3G / Aerobic mit Claudia 3G / Qigong mit Martina 2G+ / Änderung!!!!IBPPR/Workout mit Sanni 3G !!! Achtung diese Woche online!!!! / Änderung!! Functional Step mit Sanni 3G Achtung heute online per Instagram!!!! / Krav Maga / Selbstverteidigung 3G / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Gerätturnen Dienstag bei Judith / Gerätturnen ab 5 Jahre / Anfänger mit Nicole/Pitt / Gerätturnen Wettkampfgruppe bei Bianca / Gerätturnen ab 8 Jahre/Fortgeschrittene mit Marie / Gerätturnen Anfänger mit Nicole

Ebert / "Mach mit - bleib fit"
Hockergruppe (Sabine Skarpil) /
"Mach mit - bleib fit" Sportgruppe
(Sabine Skarpil)

23.3 Mi Handball 1. Damen / Karate
Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
Spezial (Mittel- / Oberstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / JUDO U8/U11 / JUDO
U13/U15 / JUDO U18/21 +
Erwachsene / JUDO
Freizeit-Gruppe Erwachsene /
Trampolin Alter 4 - 6 Jahre /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Mariola (Seiteneingang
benutzen - Gruppe darf sich nicht
mit Trainierenden im Studio
mischen) / Lungensport-Gruppe mit
Petra / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Petra
(Seitenein-/ausgang benutzen -
Gruppe darf sich nicht mit
Trainierenden im Studio / anderer
Gruppe mischen) / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Petra /
Gerätetraining im Studio mit Mariola
3G (GESundFit) / Gerätetraining im
Studio mit Petra 3G (GESundFit) /
Fit in den Tag mit Mariola 3G
(Kursraum) / "My fair Lady" - Probe
für DUO-Sport Reise April 2022 /
Pilates mit Christina 3G /
Wirbelsäulengymnastik 1 mit
Christina 3G /

Wirbelsäulengymnastik 2 mit
Christina 3G / Fit & Move mit
Claudia 3G / Gymnastik Damen 40
plus mit Nicole 3G / Choreo Dance
mit Claudia 3G / Hatha Yoga mit
Barbara 3G (Gymnastikhalle) /
Zumba mit Ava (Vertretung) 3G /
Kundalini Yoga at Home (Zoom) /
Kreativer Kindertanz 4 - 6 Jahre mit
Heike / Kreativer Kindertanz 7 - 9
Jahre mit Heike / Flitzerstunde mit
Bobbycar-Parkour /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole

24.3 Do Handball 2. Damen / Karate Jugend
und Erwachsene (Mittelstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / Lungensportgruppe /
Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Kinderballett I / Ballett Open Class
(Mittelstufe ab 16 J.) / Trampolin
Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin
Alter 13 - 15 Jahre &
Fortgeschrittene / Trampolin als
Breitensport für Eltern & Ältere /
Tanzkurs Fortgeschrittene
Standard/Latein 3G / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Hilke /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hilke / Gerätetraining im Studio
mit Hanna 3G (GESundFIT) /
Gerätetraining im Studio mit Hilke
3G (GESundFIT) / Pilates &
Faszien mit Christa 3G / Senioren
Fit mit Katja 3G / Qigong mit Christa
3G (Sitzungsraum BSV-Zentrum) /
Osteoporose-Sport/
Sturzprophylaxe mit Katja 3G /
Gymnastik für Senioren mit Sabine
3G / Online-Workout mit Sanni
(Instagram) / Yoga SANFT mit

Linda 3G / Rücken-Aktiv mit Katja
3G / Ballspiele für Kids ab 7 Jahre /
Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole /
Gerätturnen Fortgeschrittene bei
Nicole Ebert / DUO Sport Halle /
Treffen bei Martin Bramfelder Hof /
DUO-Sport in der Halle / Treffen bei
Martin / Bramfelder Hof

25.3	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
26.3	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Gerätetraining im Studio mit Ralf
27.3	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett
28.3	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Fortgeschrittene (Kumite) / Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert 3G / JUDO der U11 / JUDO U13/U15 / JUDO U18/21 + Erwachsene / Gerätetraining im Studio mit Hanna 3G (GESundFIT) / Gerätetraining im Studio mit Ralf 3G (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hanna/Hilke / Bauch Beine Rücken Po mit Katja 3G / Wirbelsäulengymnastik mit Katja 3G / Qigong mit Christa 3G (Sitzungsraum BSV-Zentrum) / Wirbelsäulengymnastik mit Katja 3G / Wirbelsäulengymnastik mit Katja 3G (Ausweichgruppe bei

Platzmangel) / Kundalini Yoga Hari
Bhajan Simran Kaor 3G / Zumba
mit Ava 3G / Herren 55 Plus mit Ava
3G / Pilatoning mit Tanja 3G /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Kreativer Kindertanz mit
Heike / Eltern-Kind-Turnen 1-5
Jahre bei Nicole /
Eltern-Kind-Turnen bei Susanne /
Spiel und Spaß mit Heike /
Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole /
Walken für Anfänger / "Hamburg
räumt auf" rund um das GESundFIT
/ Fußballkindergarten (2017/2018) /
"Mach mit - bleib fit" Hockergruppe
(Martina Sachau)

29.3 Di Handball 2. Damen / Karate Jugend
und Erwachsene (Mittelstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Kinderballett (Vorstufe) /
Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 -
9 Jahre / Trampolin Alter 16+ &
Fortgeschrittene / Tanzkreis
Standard/Latein 3G / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Katja /
Lungensport-Gruppe mit Katja /
Gerätetraining im Studio mit Katja
3G (GESundFIT) / Gerätetraining im
Studio mit Katja 3G (GESundFIT) /

Body in Balance mit Claudia 3G /
 Complete Body Workout mit
 Claudia 3G / Aerobic mit Claudia
 3G / Qigong mit Martina 3G /
 Änderung !! BBPR/Workout mit
 Sanni 3G !!Achtung online Trainng
 per Instagram! / Änderung
 Functional Step mit Sanni 3G
 "Achtung diese Woche Online per
 Instagram" / Krav Maga /
 Selbstverteidigung 3G /
 Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
 Nicole / ABGESAGT: Gerätturnen
 Dienstag bei Judith / ABGESAGT:
 Gerätturnen ab 5 Jahre / Anfänger
 mit Nicole/Pitt / ABGESAGT:
 Gerätturnen Wettkampfgruppe bei
 Bianca / ABGESAGT: Gerätturnen
 ab 8 Jahre/Fortgeschrittene mit
 Marie / Gerätturnen Anfänger mit
 Nicole Ebert / "Mach mit - bleib fit"
 Hockergruppe (Sabine Skarpil) /
 "Mach mit - bleib fit" Sportgruppe
 (Sabine Skarpil)

30.3 Mi Handball 1. Damen / Karate
 Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
 Spezial (Mittel- / Oberstufe) /
 Ambulante Herzgruppe / Ambulante
 Herzgruppe / JUDO U8/U11 / JUDO
 U13/U15 / JUDO U18/21 +
 Erwachsene / JUDO
 Freizeit-Gruppe Erwachsene /
 Trampolin Alter 4 - 6 Jahre /
 Orthopädische Rehasport-Gruppe
 mit Mariola (Seiteneingang
 benutzen - Gruppe darf sich nicht
 mit Trainierenden im Studio

mischen) / Lungensport-Gruppe mit
 Hanna (Vertretung) / Orthopädische
 Rehasport-Gruppe mit Hanna
 (Seitenein-/ausgang benutzen -
 Gruppe darf sich nicht mit
 Trainierenden im Studio / anderer
 Gruppe mischen) / Orthopädische
 Rehasport-Gruppe mit Hanna
 (Vertretung) / Gerätetraining im
 Studio mit Mariola 3G (GESundFIT)
 / Gerätetraining im Studio mit
 Hanna 3G (GESundFIT) / Fit in den
 Tag mit Mariola 3G (Kursraum) /
 "My fair Lady" - Probe für
 DUO-Sport Reise April 2022 /
 Pilates mit Christina 3G /
 Wirbelsäulengymnastik 1 mit
 Christina 3G /
 Wirbelsäulengymnastik 2 mit
 Christina 3G / Fit & Move mit
 Claudia 3G / Gymnastik Damen 40
 plus mit Nicole 3G / Choreo Dance
 mit Claudia 3G / Hatha Yoga mit
 Barbara 3G (Gymnastikhalle) /
 Zumba mit Jesica 3G / Kundalini
 Yoga at Home (Zoom) / Kreativer
 Kindertanz 4 - 6 Jahre mit Heike /
 Kreativer Kindertanz 7 - 9 Jahre mit
 Heike / Flitzerstunde mit
 Bobbycar-Parkour /
 Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
 Nicole

31.3 Do Handball 2. Damen / Karate Jugend
 und Erwachsene (Mittelstufe) /
 Ambulante Herzgruppe / Ambulante
 Herzgruppe / Lungensportgruppe /
 Aikido-Kindertraining /
 Aikido-Erwachsenentraining /
 Kinderballett I / Ballett Open Class
 (Mittelstufe ab 16 J.) / Trampolin
 Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin
 Alter 13 - 15 Jahre &

Fortgeschrittene / Trampolin als
Breitensport für Eltern & Ältere /
Tanzkurs Fortgeschrittene
Standard/Latein 3G / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Hilke /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hilke / Gerätetraining im Studio
mit Hilke 3G (GESundFIT) /
Gerätetraining im Studio mit Hilke
3G (GESundFIT) / Pilates &
Faszien mit Christa 3G / Senioren
Fit mit Katja 3G / Qigong mit Christa
3G (Sitzungsraum BSV-Zentrum) /
Osteoporose-Sport/
Sturzprophylaxe mit Katja 3G /
Gymnastik für Senioren mit Sabine
3G / Online-Workout mit Sanni
(Instagram) / Yoga SANFT mit
Linda 3G / Rücken-Aktiv mit Katja
3G / Ballspiele für Kids ab 7 Jahre /
Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole
Gerätturnen Fortgeschrittene bei
Nicole Ebert / DUO Sport Halle /
Treffen bei Martin Bramfelder Hof /
DUO-Sport in der Halle / Treffen bei
Martin / Bramfelder Hof

April 2022

1.4	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
2.4	Sa	Gerätetraining im Studio mit Hilke 3G
3.4	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett
4.4	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
5.4	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
6.4	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
7.4	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
8.4	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
9.4	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Gerätetraining im Studio mit Hilke
10.4	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett
11.4	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
12.4	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
13.4	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
14.4	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
15.4	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
16.4	Sa	Gerätetraining im Studio mit Ralf 3G / ABGESAGT: Line Dance mit Ilse -
17.4	So	ABGESAGT: Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) /
18.4	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
19.4	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
20.4	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata Spezial (Mittel- / Oberstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Herzgruppe / JUDO U8/U11 / JUDO U13/U15 / JUDO U18/21 + Erwachsene / JUDO Freizeit-Gruppe Erwachsene / Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Katja (Seiteneingang benutzen - Gruppe darf sich nicht mit Trainierenden im Studio mischen) / Lungensport-Gruppe mit Petra / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Petra (Seitenein-/ausgang benutzen - Gruppe darf sich nicht mit Trainierenden im Studio / anderer Gruppe mischen) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Petra / Gerätetraining im Studio mit Katja 3G (GESundFIT) / Gerätetraining im Studio mit Petra 3G (GESundFIT) / Fit in den Tag mit Katja 3G (Kursraum) / Kundalini Yoga at Home (Zoom) / Pilates mit Christina 3G / Wirbelsäulengymnastik 1 mit Christina 3G / Wirbelsäulengymnastik 2 mit Christina 3G / Fit & Move mit Claudia 3G / Gymnastik Damen 40 plus mit Nicole 3G / Choreo Dance mit Claudia 3G / Hatha Yoga mit Barbara 3G (Gymnastikhalle) / Zumba mit Jessica 3G / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Flitzerstunde mit

- 21.4 Do Handball 2. Damen / Karate Jugend
und Erwachsene (Mittelstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / Lungensportgruppe /
Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Kinderballett I / Ballett Open Class
(Mittelstufe ab 16 J.) / Trampolin
Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin
Alter 13 - 15 Jahre &
Fortgeschrittene / Trampolin als
Breitensport für Eltern & Ältere /
Tanzkurs Fortgeschrittene
Standard/Latein 3G / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Hilke /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hilke / Gerätetraining im Studio
mit Hilke 3G (GESundFIT) /
Gerätetraining im Studio mit Hilke
3G (GESundFIT) / Rücken-Aktiv mit
Katja 3G / Yoga SANFT mit Linda
3G / Online-Workout mit Sanni
(Instagram) / Gymnastik für
Senioren mit Sabine 3G /
Osteoporose-Sport/
Sturzprophylaxe mit Katja 3G /
ABGESAGT: Qigong mit Martina
(Vertretung) 3G / Sitzungsraum
BSV-Zentrum) / Senioren Fit mit
Katja 3G / ABGESAGT: Pilates &
Faszien mit Martina (Vertretung) 3G
/ ABGESAGT: Ballspiele für Kids ab
7 Jahre / Kinderturnen 4 - 8 Jahre
bei Nicole / Gerätturnen
Fortgeschrittene bei Nicole Ebert /

Special "Pezziball - eine "runde"
Sache für den Rücken" mit Hilke
(Kursraum GESundFIT) / DUO
Sport Halle / Treffen bei Martin
Bramfelder Hof / DUO-Sport in der
Halle / Treffen bei Martin /
Bramfelder Hof

22.4	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
23.4	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining mit Fitness Coach Marcus Müller / ABGESAGT: Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / ABGESAGT: Ballett Open Class
24.4	So	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Fortgeschrittene (Kumite) / Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / JUDO der U11 / JUDO U13/U15 / JUDO U18/21 + Erwachsene / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hanna/Hilke / Gerätetraining im Studio mit Hanna (GESundFIT) / Gerätetraining im Studio mit Matthias (GESundFIT) / ABGESAGT: Bauch Beine Rücken Po mit Katja / ABGESAGT: Wirbelsäulengymnastik mit Katja / ABGESAGT: Qigong mit Martina (Vertretung) 3G / ABGESAGT: Wirbelsäulengymnastik mit Katja / ABGESAGT: Wirbelsäulengymnastik mit Katja / Zumba mit Ava / Herren 55 Plus mit Ava / Pilatoning mit Tanja / Kundalini Yoga Hari Bhajan Simran Kaor / Yoga mit Hanna (Kursraum GESundFIT) / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole /
25.4	Mo	

Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Eltern-Kind-Turnen bei
Susanne / Kinderturnen 4 - 8 Jahre
bei Nicole / "Mach mit - bleib fit"
Hockerguppe (Martina Sachau) /
Fußballkindergarten (2017/2018) /
Kreativer Kindertanz mit Heike /
Spiel und Spaß mit Heike / "Mach
mit - bleib fit" Qigong-Gruppe
(Martina Sachau) / Walken für
Anfänger

26.4 Di Handball 2. Damen / Karate Jugend
und Erwachsene (Mittelstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Kinderballett (Vorstufe) /
Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 -
9 Jahre / Trampolin Alter 16+ &
Fortgeschrittene / Tanzkreis
Standard/Latein / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Hilke /
Lungensport-Gruppe mit Hilke /
Gerätetraining im Studio mit Hanna
(GESundFIT) / Gerätetraining im
Studio mit Hilke (GESundFIT) /
Body in Balance mit Claudia /
Complete Body Workout mit
Claudia / Aerobic mit Claudia /
ABGESAGT: Qigong mit Martina
3G / BBPR/Workout mit Sanni /
Functional Step mit Sanni / Krav
Maga / Selbstverteidigung /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei

Nicole / Gerätturnen Dienstag bei
Judith / ABGESAGT: Gerätturnen
ab 5 Jahre / Anfänger mit Nicole/Pitt
/ Gerätturnen Anfänger mit Nicole
Ebert / Gerätturnen
Wettkampfgruppe bei Bianca /
ABGESAGT: Gerätturnen ab 8
Jahre/Fortgeschrittene mit Marie /
"Mach mit - bleib fit" Hockergruppe
(Sabine Skarpil) / "Mach mit - bleib
fit" Sportgruppe (Sabine Skarpil) /
Special "Atemübungen zur
Entspannung" mit Hanna 3G
(Kursraum GESundFIT)

27.4 Mi Handball 1. Damen / Karate
Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
Spezial (Mittel- / Oberstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / JUDO U8/U11 / JUDO
U13/U15 / JUDO U18/21 +
Erwachsene / JUDO
Freizeit-Gruppe Erwachsene /
Trampolin Alter 4 - 6 Jahre /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hanna (Seiteneingang benutzen
- Gruppe darf sich nicht mit
Trainierenden im Studio mischen) /
Lungensport-Gruppe mit Petra /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Petra (Seitenein-/ausgang
benutzen - Gruppe darf sich nicht
mit Trainierenden im Studio /
anderer Gruppe mischen) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe

mit Petra / Gerätetraining im Studio
mit Hanna (GESundFIT) /
Gerätetraining im Studio mit Petra
(GESundFIT) / Fit in den Tag mit
Hanna (Kursraum) / Kundalini Yoga
at Home (Zoom) / Pilates mit
Christina / Wirbelsäulengymnastik
1 mit Christina /
Wirbelsäulengymnastik 2 mit
Christina / Fit & Move mit Claudia /
Gymnastik Damen 40 plus mit
Nicole / Choreo Dance mit Claudia
/ Hatha Yoga mit Barbara
(Gymnastikhalle) / Zumba mit
Jessica / Eltern-Kind-Turnen 1-5
Jahre bei Nicole / Flitzerstunde mit
Bobbycar-Parkour / Kreativer
Kindertanz 4 - 6 Jahre mit Heike /
Kreativer Kindertanz 7 - 9 Jahre mit
Heike

28.4 Do Handball 2. Damen / Karate Jugend
und Erwachsene (Mittelstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / Lungensportgruppe /
Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Kinderballett I / Ballett Open Class
(Mittelstufe ab 16 J.) / Trampolin
Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin
Alter 13 - 15 Jahre &
Fortgeschrittene / Trampolin als
Breitensport für Eltern & Ältere /
Tanzkurs Fortgeschrittene
Standard/Latein / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Hilke /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hilke / Gerätetraining im Studio
mit Hilke (GESundFIT) /

Gerätetraining im Studio mit Hilke
(GESundFIT) / ABGESAGT:
Rücken-Aktiv / Alternative / Yoga
SANFT mit Linda / Online-Workout
mit Sanni (Instagram) / Gymnastik
für Senioren mit Sabine /
Osteoporose-Sport/
Sturzprophylaxe mit Ava
(Vertretung) / Qigong mit Christa
(Sitzungsraum BSV-Zentrum) /
Senioren Fit mit Ava (Vertretung) /
Pilates & Faszien mit Christa /
Ballspiele für Kids ab 7 Jahre /
Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole /
Gerätturnen Fortgeschrittene bei
Nicole Ebert / DUO Sport Halle /
Treffen bei Martin Bramfelder Hof /
DUO-Sport in der Halle / Treffen bei
Martin / Bramfelder Hof

29.4 Fr Karate Anfänger (Unterstufe) /
Karate Jugend / Erwachsene
(Mittel- / Oberstufe) / Leichtathletik
/ Aikido-Jugendtraining /
Aikido-Erwachsenentraining / JUDO
U8/U10 / JUDO U12/U15 / JUDO
U18/21 + Erwachsene /
Gerätetraining im Studio mit Hilke
(GESundFIT) / Gerätetraining im
Studio mit Hilke (GESundFIT) /
Yoga mit Hanna / Linda /
Orientalischer Tanz mit Afritah /
Yoga & Meditation mit Norbert /
Babyturnen 0-3 Jahre bei Nicole /
Eltern-Kind-Turnen 1 - 5 Jahre bei

Mai 2022

1.5	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett
2.5	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
3.5	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
4.5	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
5.5	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
6.5	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
7.5	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Gerätetraining im Studio mit Oskar
8.5	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett
9.5	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
10.5	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
11.5	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
12.5	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
13.5	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
14.5	Sa	Line Dance mit Ilse - Fortgeschrittene / Line Dance mit
15.5	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett
16.5	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
17.5	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
18.5	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
19.5	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Herzgruppe / Lungensportgruppe / Aikido-Kindertraining / Aikido-Erwachsenentraining / Kinderballett I / Ballett Open Class (Mittelstufe ab 16 J.) / Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15 Jahre & Fortgeschrittene / Trampolin als Breitensport für Eltern & Ältere / Tanzkurs Fortgeschrittene Standard/Latein / Gerätetraining im Studio mit Hilke (GESundFIT) / Gerätetraining im Studio mit Hilke (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Special "Ganzkörpertraining mit dem Flexibar" mit Hilke (Kursraum GESundFIT) / Judo Einsteigergruppe 5 bis 7 Jahre / Pilates & Faszien mit Christa / Senioren Fit mit Katja / Qigong mit Christa (Sitzungsraum BSV-Zentrum) / Osteoporose-Sport/ Sturzprophylaxe mit Katja / Gymnastik für Senioren mit Sabine / Online-Workout mit Sanni (Instagram) / Yoga SANFT mit Linda / Rücken-Aktiv mit Katja / Ballspiele für Kids ab 7 Jahre / Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole / Gerätturnen Fortgeschrittene bei Nicole Ebert / DUO Gymnastik / Treffen bei Martin Bramfelder Hof / DUO-Gymnastik in der Halle /
30.4	Sa	Gerätetraining im Studio mit Ralf / Line Dance mit Ilse - Fortgeschrittene / Line Dance mit

20.5	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
21.5	Sa	Gerätetraining im Studio mit Ralf 3G / JUDO Wettkampf
22.5	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett
23.5	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
24.5	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
25.5	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata Spezial (Mittel- / Oberstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Herzgruppe / JUDO U13/U15 / JUDO U18/21 + Erwachsene / JUDO Freizeit-Gruppe Erwachsene / Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / Gerätetraining im Studio mit Mariola (GESundFIT) / Gerätetraining im Studio mit Katja (GESundFIT) / Fit in den Tag mit Mariola (Kursraum) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Mariola (GESundFIT) / Lungensport-Gruppe mit Katja / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Petra / Seitenein-/ausgang benutzen - Gruppe darf sich nicht mit Trainierenden im Studio / anderer Gruppe mischen) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Petra / Kundalini Yoga at Home (Zoom) / Pilates mit Christina / Wirbelsäulengymnastik 1 mit Christina / Wirbelsäulengymnastik

2 mit Christina / Fit & Move mit Ava
(Vertretung) / Gymnastik Damen 40
plus mit Nicole / Choreo Dance mit
Ava (Vertretung) / Hatha Yoga mit
Barbara (Gymnastikhalle) / Zumba
mit Jesica

26.5	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Karate Anfänger (Unterstufe) /
27.5	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene (Mittel- / Oberstufe) / Leichtathletik / Aikido-Jugendtraining / Aikido-Erwachsenentraining / JUDO U12/U15 / JUDO U18/21 + Erwachsene / Gerätetraining im Studio mit Hilke (GESundFIT) / Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) / Yoga mit Linda / ABGESAGT: Orientalischer Tanz mit Alritah / Yoga & Meditation mit Norbert / Ersatztermin für den 06.05.2022: Eltern-Kind-Turnen 1 - 5 Jahre bei Nicole / Ersatztermin für den 06.05.2022: Eltern-Kind-Turnen 1 - 5 Jahre bei Nicole / ABGESAGT: Fußballkindergarten (2017) / ABGESAGT: Fußballkindergarten (2018) / "Mach mit - bleib fit"

28.5	Sa	Gerätetraining im Studio mit Ralf 3G / Rundweg Raakmoor, Hummelsee und Kalksee / Deutsches /
29.5	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett Open Class / Deutsches /
30.5	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Fortgeschrittene (Kumite) / Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / JUDO der U11 / JUDO U13/U15 / JUDO U18/21 + Erwachsene / Gerätetraining im Studio mit Hanna (GESundFIT) / Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hanna/Hilke / "Mach mit - bleib fit" Qigong-Gruppe (Martina Sachau) / Qigong mit Christa

(Sitzungsraum BSV-Zentrum) /
Bauch Beine Rücken Po mit Katja /
Wirbelsäulengymnastik mit Katja /
Wirbelsäulengymnastik mit Katja /
Pilatoning mit Tanja / Herren 55
Plus mit Ava / Zumba mit Ava /
Kundalini Yoga Hari Bhajan Simran
Kaor / Wirbelsäulengymnastik mit
Katja / Eltern-Kind-Turnen 1-5
Jahre bei Nicole / Kreativer
Kindertanz mit Heike /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Eltern-Kind-Turnen bei
Susanne / Spiel und Spaß mit
Heike / Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei
Nicole / Walken für Anfänger /
Fußballkindergarten (2017) /
Fußballkindergarten (2018) / "Mach
mit - bleib fit" Hockergruppe
(Martina Sachau) /
Vorstandssitzung

31.5 Di Handball 2. Damen / Karate Jugend
und Erwachsene (Mittelstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Kinderballett (Vorstufe) /
Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 -
9 Jahre / Trampolin Alter 16+ &
Fortgeschrittene / Tanzkreis
Standard/Latein / Gerätetraining im

Studio mit Katja / Hanna
(GESundFIT) / Gerätetraining im
Studio mit Hilke (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hilke / Lungensport-Gruppe mit
Hilke / Body in Balance mit Claudia
/ Complete Body Workout mit
Claudia / Aerobic mit Claudia /
Qigong mit Martina /
BBPR/Workout mit Sanni / Krav
Maga / Selbstverteidigung /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Gerätturnen Dienstag bei
Judith / Gerätturnen Anfänger mit
Nicole Ebert / Gerätturnen
Wettkampfgruppe bei Bianca /
Gerätturnen ab 5 Jahre / Anfänger
mit Nicole/Pitt / Gerätturnen ab 8
Jahre/Fortgeschrittene mit Marie /
Special "Yoga - Sonnengrüße" mit
Hanna (Kursraum GESundFIT) /
"Mach mit - bleib fit" Hockergruppe
(Sabine Skarpil) / "Mach mit - bleib
fit" Sportgruppe (Sabine Skarpil)

Juni 2022

1.6	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
2.6	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Karate Anfänger (Unterstufe) /
3.6	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
4.6	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Gerätetraining im Studio mit Ralf
5.6	So	ABGESAGT: Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) /
6.6	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
7.6	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
8.6	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
9.6	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
10.6	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
11.6	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Gerätetraining im Studio mit Ralf
12.6	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett
13.6	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
14.6	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
15.6	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata
16.6	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) /
17.6	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
18.6	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Gerätetraining im Studio mit
19.6	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett
20.6	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate
21.6	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Herzgruppe / Aikido-Kindertraining / Aikido-Erwachsenentraining / Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett / Trampolin Alter: 7 - 9 Jahre / Trampolin Alter 16+ & Fortgeschrittene / Tanzkreis Standard/Latein / Lungensport-Gruppe mit Hilke / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Gerätetraining im Studio mit Katja (GESundFIT) / Gerätetraining im Studio mit Hilke (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / ABGESAGT: Body in Balance mit Claudia / Complete Body Workout mit Ava (Vertretung) / Aerobic mit Ava (Vertretung) / Qigong mit Martina / BBPR/Workout mit Sanni / Functional Step mit Sanni / Krav Maga / Selbstverteidigung / "Mach mit - bleib fit" Hockergruppe Vertretung Katja?! / "Mach mit - bleib fit" Sportgruppe Vertretung Katja?! / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Gerätturnen Dienstag bei Judith / Gerätturnen Anfänger mit Nicole Ebert / Gerätturnen ab 5 Jahre / Anfänger mit Nicole/Pitt / Gerätturnen ab 8 Jahre/Fortgeschrittene mit Marie / Gerätturnen Wettkampfgruppe bei

22.6	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata Spezial (Mittel- / Oberstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Herzgruppe / JUDO U8/U11 / JUDO U13/U15 / JUDO U18/21 + Erwachsene / JUDO Freizeit-Gruppe Erwachsene / Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / Lungensport-Gruppe mit Hilke / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Katja / Gerätetraining im Studio mit Katja (GESundFIT) / Fit in den Tag mit Katja (Kursraum) / Gerätetraining im Studio mit Hilke (GESundFIT) / Kundalini Yoga at Home (Zoom) / Pilates mit Ava (Vertretung) Body & Mind / Wirbelsäulengymnastik 1 mit Ava (Vertretung) / Wirbelsäulengymnastik 2 mit Ava (Vertretung) / ZUMBA statt Fit & Move mit Jessica (Vertretung) / Gymnastik Damen 40 plus mit Nicole / Choreo Dance mit Jessica (Vertretung) / Hatha Yoga mit Barbara (Gymnastikhalle) / Zumba mit Jessica / ABGESAGT: Kreativer Kindertanz 4 - 6 Jahre mit Heike / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
------	----	--

23.6	Do	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Herzgruppe / Lungensportgruppe / Aikido-Kindertraining / Aikido-Erwachsenentraining / Kinderballett I / Ballett Open Class (Mittelstufe ab 16 J.) / Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15 Jahre & Fortgeschrittene / Trampolin als Breitensport für Eltern & Ältere / Tanzkurs Fortgeschrittene + Bronze im Standard/Latein / Judo Einsteigergruppe 5 bis 7 Jahre / Gerätetraining im Studio mit Hilke (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Gerätetraining im Studio mit Hilke (GESundFIT) / Pilates & Faszien mit Christa / Senioren Fit mit Katja / Qigong mit Christa (Sitzungsraum BSV-Zentrum) / Osteoporose-Sport/ Sturzprophylaxe mit Katja / Gymnastik für Senioren mit Sabine / Online-Workout mit Sanni (Instagram) / Yoga SANFT mit Linda / Rücken-Aktiv mit Katja /
------	----	---

ABGESAGT: Ballspiele für Kids ab
7 Jahre / Kinderturnen 4 - 8 Jahre
bei Nicole / Gerätturnen
Fortgeschrittene bei Nicole Ebert /
ABGESAGT: DUO Sport Halle /
Treffen bei Martin Bramfelder Hof /
ABGESAGT: Gymnastik /
ABGESAGT: Treffen bei Martin /
Bramfelder Hof / ABGESAGT:
Volleyball

24.6	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene <i>(Abgesagt)</i> / <i>Choreografie</i> / <i>Trickstrickball</i>
25.6	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Gerätetraining im Studio mit Ralf <i>(GESundFIT) Plus Dance mit Tanja</i>
26.6	So	Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett <i>Open Class</i> / <i>Freestyle</i>
27.6	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Fortgeschrittene (Kumite) / Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / JUDO der U11 / JUDO U13/U15 / JUDO U18/21 + Erwachsene / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hanna/Hilke / Gerätetraining im Studio mit Hanna (GESundFIT) / Gerätetraining im Studio mit Matthias (GESundFIT) / Bauch Beine Rücken Po mit Katja / Wirbelsäulengymnastik mit Katja / Qigong mit Christa (Sitzungsraum BSV-Zentrum) / Wirbelsäulengymnastik mit Katja / Wirbelsäulengymnastik mit Katja / Kundalini Yoga Hari Bhajan Simran Kaor / Zumba mit Ava / Herren 55 Plus mit Ava / Pilatoning mit Tanja

/ "Mach mit - bleib fit" Hockergruppe (Martina Sachau) / "Mach mit - bleib fit" Qigong-Gruppe (Martina Sachau) / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Kreativer Kindertanz mit Heike / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Eltern-Kind-Turnen bei Susanne / Spiel und Spaß mit Heike / Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole / Special "Beweglichkeit & Koordination" mit Hanna (Kursraum GESundFIT) / Fußballkindergarten (2017) / Fußballkindergarten (2018)

28.6 Di Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Herzgruppe / Aikido-Kindertraining / Aikido-Erwachsenentraining / Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett i / Trampolin Alter: 7 - 9 Jahre / Trampolin Alter 16+ & Fortgeschrittene / Tanzkreis Standard/Latein / Lungensport-Gruppe mit Hilke / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Gerätetraining im Studio mit Roman (GESundFIT) / Gerätetraining im Studio mit Hilke (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Kraft und Mobilität - bei schönem Wetter

draußen mit Roman (Kursraum
GESundFIT) Yoga-Alternative /
Body in Balance mit Katja
(Vertretung) / Complete Body
Workout mit Katja (Vertretung) /
ABGESAGT: Aerobic mit Claudia /
Qigong mit Martina /
BBPR/Workout mit Sanni /
Functional Step mit Sanni / Krav
Maga / Selbstverteidigung / "Mach
mit - bleib fit" Hockergruppe (Sabine
Skarpi) Vertretung Hanna / "Mach
mit - bleib fit" Sportgruppe (Sabine
Skarpi) Vertretung Hanna /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Gerätturnen Dienstag bei
Judith / Gerätturnen Anfänger mit
Nicole Ebert / Gerätturnen ab 5
Jahre / Anfänger mit Nicole/Pitt /
Gerätturnen ab 8
Jahre/Fortgeschrittene mit Marie /
Gerätturnen Wettkampfgruppe bei
Bianca

29.6	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata Spezial (Mittel- / Oberstufe) / Ambulante Herzgruppe / Ambulante Herzgruppe / JUDO U8/U11 / JUDO U13/U15 / JUDO U18/21 + Erwachsene / JUDO Freizeit-Gruppe Erwachsene / Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / Lungensport-Gruppe mit Hilke / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hanna / Gerätetraining im
------	----	--

Studio mit Hanna (GESundFIT) / Fit
in den Tag mit Hanna
(Outdoor/Sportplatz) /
Gerätetraining im Studio mit Hilke
(GESundFIT) / Kundalini Yoga at
Home (Zoom) / Pilates mit Christina
/ Wirbelsäulengymnastik 1 mit
Christina / Wirbelsäulengymnastik
2 mit Christina / Fit & Move mit
Claudia / Gymnastik Damen 40
plus mit Nicole / Choreo Dance mit
Claudia / Hatha Yoga mit Barbara
(Gymnastikhalle) / Zumba mit
Jessica / Kreativer Kindertanz 4 - 6
Jahre mit Heike /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Kreativer Kindertanz 7 - 9
Jahre mit Heike / Flitzerstunde mit
Bobbycar-Parkour / Handball
Fitness-Training im GESundFIT mit
Hilke

30.6 Do Handball 2. Damen / Karate Jugend
und Erwachsene (Mittelstufe) /
Ambulante Herzgruppe / Ambulante
Herzgruppe / Lungensportgruppe /
Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Kinderballett I / Ballett Open Class
(Mittelstufe ab 16 J.) / Trampolin
Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin
Alter 13 - 15 Jahre &
Fortgeschrittene / Trampolin als
Breitensport für Eltern & Ältere /
Tanzkurs Fortgeschrittene + Bronze

[illegible]

Kalender 2022



Juli 2022

1.7	Fr	Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Jugend / Erwachsene
2.7	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) / Balance Gymnastik
3.7	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / Gerätetraining im Studio mit Roman (GESundFIT) / Balance Gymnastik
4.7	Mo	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Fortgeschrittene (Vorstufe) / Walking
5.7	Di	Handball 2. Damen / Karate Jugend und Erwachsene (Mittelstufe) / Handball 1. Herren / Karate Kata
6.7	Mi	Handball 1. Damen / Karate Anfänger (Unterstufe) / Karate Kata Kinderballett I / ABGESAGT:
7.7	Do	Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / ABGESAGT: Trampolin Alter 10 - 12 Jahre
8.7	Fr	Yoga mit Linda (Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER / Walking mit Hilke (GESundFIT)
9.7	Sa	Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) / ABGESAGT: Prüfungs-Vorbereitungstraining /
10.7	So	Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) / Line Dance mit Ilse
11.7	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / BSV Fußballschule / Kinderballett (Vorstufe) /
12.7	Di	Kinderballett I / BSV Fußballschule / ABGESAGT: Trampolin Alter 10 - 12 Jahre
13.7	Mi	BSV Fußballschule / ABGESAGT: Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / Handball 1. Damen /
14.7	Do	Kinderballett I / BSV Fußballschule / ABGESAGT: Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / ABGESAGT: Trampolin
15.7	Fr	BSV Fußballschule / Yoga mit Hanna (Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER / Walking
16.7	Sa	Gerätetraining im Studio mit Mariola (GESundFIT) / ABGESAGT: Line Dance mit Hilke (GESundFIT)
17.7	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / ABGESAGT: Besetzungseingangs / Walking (Fortgeschrittene) selbst
18.7	Mo	organisiert / Gerätetraining im Studio mit Hilke (GESundFIT) / Kinderballett (Vorstufe) /
19.7	Di	Kinderballett I / ABGESAGT: Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / ABGESAGT: Trampolin
20.7	Mi	ABGESAGT: Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / ABGESAGT: Handball 1. Damen /
21.7	Do	Kinderballett I / ABGESAGT: Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / ABGESAGT: Trampolin
22.7	Fr	Yoga mit Hanna/Linda (Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER / Walking mit Hilke (GESundFIT)
23.7	Sa	Gerätetraining im Studio mit Oskar (GESundFIT) / Line Dance mit Ilse - Prüfungs-Vorbereitungstraining /
24.7	So	Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) / Balance Gymnastik / Walking (Fortgeschrittene) selbst
25.7	Mo	organisiert / Gerätetraining im Studio mit Hilke (GESundFIT) / ABGESAGT: Kinderballett
26.7	Di	(Vorstufe) / ABGESAGT: Kinderballett I / ABGESAGT: Trampolin Alter: 7 - 9 Jahre /
		ABGESAGT: Trampolin Alter 16+ & Fortgeschrittene / Tanzkreis Standard/Latein / ABGESAGT: Qigong mit Martina (Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER /
		ABGESAGT: Präventionskurs GENIUS RÜCKENTRAINING AM GERÄT mit Petra (Fitness-Studio GESundFIT) / Gerätetraining im
		Studio mit Hanna (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hanna / Lungensport-Gruppe mit Hilke / Gerätetraining im Studio
		mit Hilke (GESundFIT) / Body in Balance mit Joanna (Vertretung) / Complete Body Workout mit Joanna (Vertretung) / Mobilität und Faszien
		statt Aerobic mit Joanna (Vertretung) / Qigong mit Christa

(Vertretung im BSV-Zentrum!!!) /
BBPR/Workout mit Sanni / Krav
Maga / Selbstverteidigung / "Mach
mit - bleib fit" Hockergruppe (Sabine
Skarpil) / "Mach mit - bleib fit"
Sportgruppe (Sabine Skarpil) /
Yoga mit Hanna (Outdoor/Kursraum
GESundFIT) ACTIVE CITY
SUMMER

27.7 Mi ABGESAGT: Trampolin Alter 4 - 6
Jahre / Handball Fitness-Training im
GESundFIT mit Kathrin /
ABGESAGT: Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Mariola /
Gerätetraining im Studio mit
Ralf/Mariola (GESundFIT) / Fit in
den Tag mit ? Mariola/Ralf?
(Outdoor / Kursraum) /
Lungensport-Gruppe mit Hilke /
Gerätetraining im Studio mit Hilke
(GESundFIT) / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Kathrin
(GESundFIT) / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Kathrin /
Zumba mit Jesica / ABGESAGT:
Hatha Yoga mit Barbara
(Gymnastikhalle) / ABGESAGT:
Choreo Dance mit Claudia /
ABGESAGT: Fit & Move mit

Claudia / Wirbelsäulengymnastik 1
mit Christina / Kundalini Yoga at
Home (Zoom) / Pilates mit Christina
/ ABGESAGT: "Mach mit - bleib fit"
Qigong-Gruppe mit ? / ABGESAGT:
"Mach mit - bleib fit" Hockergruppe
mit ?

28.7 Do ABGESAGT: Kinderballett I /
ABGESAGT: Trampolin Alter 10 -
12 Jahre / ABGESAGT: Trampolin
Alter 13 - 15 Jahre &
Fortgeschrittene / ABGESAGT:
Trampolin als Breitensport für Eltern
& Ältere / Tanzkurs Fortgeschrittene
+ Bronze im Standard/Latein /
Pilates & Faszien mit Christa
(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY
SUMMER / Qigong mit Christa
(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY
SUMMER / Outdoor-Workout mit
Sanni (Outdoor / im Freien) ACTIVE
CITY SUMMER / Gerätetraining im
Studio mit Hanna (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hanna / Orthopädische

Rehasport-Gruppe mit Hanna /
 Gerätetraining im Studio mit Hilke
 bis 20 Uhr (GESundFIT) / Senioren
 Fit mit Sabine (Vertretung) /
 Osteoporose-Sport/
 Sturzprophylaxe mit Sabine
 (Vertretung) / Gymnastik für
 Senioren mit Sabine / Yoga SANFT
 mit Linda / ABGESAGT: Ballett
 Open Class (Mittelstufe ab 16 J.) /
 Natural Movement
 (GESundFIT/Outdoor) ACTIVE
 CITY SUMMER / Treffen bei Martin
 Bramfelder Hof zum Essen 18:00
 Uhr

29.7	Fr	Yoga mit Hanna/Linda (Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER /
30.7	Sa	Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) / Line Dance mit Ilse -
31.7	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / Gerätetraining im Studio mit Roman (GESundFIT) / Selbstverteidigungs-Workshop mit Micha (Grundlagen-Kurs für Einsteiger: Krav Maga) ACTIVE CITY SUMMER / ABGESAGT: Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / ABGESAGT: Ballett Open Class

August 2022

1.8	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) / Kinderballett (Vorstufe) / ABGESAGT: Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / Handball Fitness-Training im Studio mit Hilke
2.8	Di	ABGESAGT: Kinderballett (Vorstufe) / ABGESAGT: Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / Handball Fitness-Training im Studio mit Hilke
3.8	Mi	ABGESAGT: Kinderballett I / ABGESAGT: Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Handball Fitness-Training im Studio mit Hilke
4.8	Do	ABGESAGT: Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Handball Fitness-Training im Studio mit Hilke
5.8	Fr	Yoga mit Hanna/Linda (Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER / Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) / Line Dance mit Ilse - Prüfungsvorbereitungstraining /
6.8	Sa	Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) / Line Dance mit Ilse - Prüfungsvorbereitungstraining /
7.8	So	Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) / ABGESAGT: Ballroom / Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) /
8.8	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) /
9.8	Di	ABGESAGT: Kinderballett (Vorstufe) / ABGESAGT: Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / Handball Fitness-Training im Studio mit Hilke
10.8	Mi	ABGESAGT: Kinderballett I / ABGESAGT: Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Handball Fitness-Training im Studio mit Hilke
11.8	Do	ABGESAGT: Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Handball Fitness-Training im Studio mit Hilke
12.8	Fr	Yoga mit Narayan VERTRETUNG (Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER /
13.8	Sa	Gerätetraining im Studio mit Oskar (GESundFIT) / ABGESAGT: Line Dance mit Hilke / Prüfungsvorbereitungstraining /
14.8	So	Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) /
15.8	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) /
16.8	Di	Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett I / ABGESAGT: Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / Handball Fitness-Training im Studio mit Hilke
17.8	Mi	ABGESAGT: Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / Handball Fitness-Training im Studio mit Hilke
18.8	Do	Kinderballett I / ABGESAGT: Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / ABGESAGT: Trampolin Alter 13 - 15 Jahre & Fortgeschrittene / ABGESAGT: Trampolin als Breitensport für Eltern & Ältere / Tanzkurs Fortgeschrittene + Bronze im Standard/Latein / Pilates & Faszien mit Christa (Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER / Qigong mit Christa (Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER / ABGESAGT: Outdoor-Workout mit Julia (Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER / Gerätetraining im Studio mit Hilke (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Gerätetraining im Studio mit Roman bis 20 Uhr (GESundFIT) / Senioren Fit mit Katja / Osteoporose-Sport/ Sturzprophylaxe mit Katja / Gymnastik für Senioren mit Sabine / Yoga SANFT mit Linda / Rücken-Aktiv mit Katja / Selbstverteidigungs-Kurs mit Micha (Krav Maga) ACTIVE CITY SUMMER / Ballspiele für Kids ab 7 Jahre / Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole / Gerätturnen Fortgeschrittene bei Nicole Ebert / Natural Movement mit Roman (GESundFIT/Outdoor) ACTIVE CITY SUMMER / Ballett Open Class (Mittelstufe ab 16 J.) / Natural Movement (GESundFIT/Outdoor) ACTIVE CITY SUMMER / DUO Sport Halle / Treffen bei Martin Bramfelder Hof / Gymnastik / Treffen bei Martin / Bramfelder Hof / Volleyball / Aikido-Kindertraining / Aikido-Waffentraining /

19.8	Fr	Yoga mit Linda (Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER /
20.8	Sa	Gerätetraining im Studio mit Matthias (GESundFIT) /
21.8	So	ABGESAGT! Lisa Berger mit Heide Prüfungs-Vorbereitungstraining / Gerätetraining im Studio mit Roman
22.8	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Gerätetraining im Studio mit Hilke (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Gerätetraining im Studio mit Matthias (GESundFIT) / Bauch Beine Rücken Po mit Katja / Wirbelsäulengymnastik mit Katja / Qigong mit Christa (Sitzungsraum BSV-Zentrum) / Wirbelsäulengymnastik mit Katja / Wirbelsäulengymnastik mit Katja / Kundalini Yoga Hari Bhajan Simran Kaor / Zumba mit Ava / Herren 55 Plus mit Ava / Pilatoning mit Tanja / ABGESAGT! Zirkeltraining (Outdoor/Kursraum GESundFIT) ACTIVE CITY SUMMER / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Kreativer Kindertanz mit Heike / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Eltern-Kind-Turnen bei Susanne / Spiel und Spaß mit Heike / Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole / Nordic Walking selbst organisiert (Einsteiger) / TRAININGSPANE @ home (alle Abteilungen) / Vorstandssitzung / JUDO-Training U11 / JUDO-Training U13 + U15 / JUDO-Training U18 + Erwachsene / Fußballkindergarten (2017) / Fußballkindergarten (2018) /

23.8 Di Kinderballett (Vorstufe) /
Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 -
9 Jahre / Trampolin Alter 16+ &
Fortgeschrittene / Tanzkreis
Standard/Latein / ABGESAGT:
Qigong mit Martina (Outdoor / im
Freien) ACTIVE CITY SUMMER /
ABGESAGT: Yoga mit Hanna
(Outdoor/Kursraum GESundFIT)
ACTIVE CITY SUMMER /
ABGESAGT: Präventionskurs
GENIUS RÜCKENTRAINING AM
GERÄT mit Petra (Fitness-Studio
GESundFIT) / Gerätetraining im
Studio mit Katja (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Katja / Lungensport-Gruppe mit
Hilke / Gerätetraining im Studio mit
Hilke (GESundFIT) / Body in
Balance mit Claudia / Complete
Body Workout mit Claudia / Aerobic
mit Claudia / Qigong mit Roman
(Vertretung) / BBPR/Workout mit
Julia / Krav Maga /
Selbstverteidigung / "Mach mit -
bleib fit" Hockerguppe (Sabine
Skarpil) / "Mach mit - bleib fit"
Sportgruppe (Sabine Skarpil) /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Gerätturnen Dienstag

Talentgruppe / Gerätturnen
Anfänger mit Nicole Ebert /
Gerätturnen ab 5 Jahre / Anfänger
mit Nicole/Pitt / Gerätturnen
Wettkampfgruppe bei Bianca /
Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Aikido-Ukemi-Training

24.8 Mi Trampolin Alter 4 - 6 Jahre /
Handball Fitness-Training im
GESundFIT mit Kathrin /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Katja / Gerätetraining im Studio
mit Katja (GESundFIT) / Fit in den
Tag mit Katja (Outdoor / Kursraum)
/ Lungensport-Gruppe mit Hilke /
Gerätetraining im Studio mit Hilke
(GESundFIT) / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Petra
(GESundFIT) / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Petra /
Zumba mit Ava (Vertretung) /
Choreo Dance mit Claudia /
Gymnastik Damen 40 plus mit
Nicole / Fit & Move mit Claudia /
Wirbelsäulengymnastik 2 mit Uta
(Vertretung) /
Wirbelsäulengymnastik 1 mit Uta
(vertretung) / ABGESAGT -
Kundalini Yoga at Home (Zoom) /
Pilates mit Uta (Vertretung) / "Mach
mit - bleib fit" Qigong-Gruppe
(VERTRETUNG Roman Tissen) /
"Mach mit - bleib fit" Hockergruppe
(VERTRETUNG Roman Tissen) /
Kreativer Kindertanz 4 - 6 Jahre mit

Heike / Eltern-Kind-Turnen 1-5
Jahre bei Nicole / Kreativer
Kindertanz 7 - 9 Jahre mit Heike /
Flitzerstunde mit Bobbycar-Parkour
/ Hatha Yoga mit Linda
(Gymnastikhalle) / JUDO-Training
U8 + U11 / JUDO-Training U13 +
U15 / JUDO-Training U18 +
Erwachsene / Hobby
JUDO-Training für Erwachsene

25.8 Do Kinderballett I / Trampolin Alter 10
- 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15
Jahre & Fortgeschrittene /
Trampolin als Breitensport für Eltern
& Ältere / Tanzkurs Fortgeschrittene
+ Bronze im Standard/Latein /
Pilates & Faszien mit Christa
(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY
SUMMER / Qigong mit Christa
(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY
SUMMER / ABGESAGT:
Outdoor-Workout mit Julia (Outdoor
/ im Freien) ACTIVE CITY
SUMMER / Gerätetraining im Studio
mit Hilke (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hilke / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Hilke /
Gerätetraining im Studio mit Roman
bis 20 Uhr (GESundFIT) / Senioren
Fit mit Katja / Osteoporose-Sport/
Sturzprophylaxe mit Katja /
Gymnastik für Senioren mit Katja
(Vertretung) / Yoga SANFT mit
Linda / Rücken-Aktiv mit Katja /

Selbstverteidigungs-Kurs mit Micha
(Krav Maga) ACTIVE CITY
SUMMER / Ballspiele für Kids ab 7
Jahre / Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei
Nicole / Gerätturnen
Fortgeschrittene bei Nicole Ebert /
Natural Movement mit Roman
(GESundFIT/Outdoor) ACTIVE
CITY SUMMER / Ballett Open
Class (Mittelstufe ab 16 J.) / DUO
Sport Halle / Treffen bei Martin
Bramfelder Hof / Gymnastik /
Treffen bei Martin / Bramfelder Hof /
Volleyball / JUDO
Anfänger-Training U8 /
Aikido-Kindertraining /
Aikido-Waffentraining /
Aikido-Erwachsenentraining

26.8 Fr Yoga mit Linda (Outdoor / im
Freien) ACTIVE CITY SUMMER /
"Mach mit - bleib fit"
Seniorengruppe LeNa
Stellschoop (Katja Reeps) /
Gerätetraining im Studio mit Katja
(GESundFIT) / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Katja /
Gerätetraining im Studio mit Katja
(GESundFIT) / Yoga & Meditation
mit Norbert / ABGESAGT:
Orientalischer Tanz mit Afritah /
"Mach mit - bleib fit"
Seniorengruppe (Norbert Hauschild)
/ Babyturnen 0-3 Jahre bei Nicole /
Eltern-Kind-Turnen 1 - 5 Jahre bei
Nicole / Talentgruppe Gerätturnen
mit Pitt/Marie/Nicole /
Eltern-Kind-Turnen 1 - 5 Jahre bei
Nicole / Wettkampfgruppe
Gerätturnen 17:45 - 19:45 /
Leichtathletik /
Aikido-Kindertraining / ABGESAGT:

Absage: Friday Open Beach /
JUDO-Training U8 + U10 /
JUDO-Training U13 + U15 /
JUDO-Training U18 + Erwachsene /
Fußballkindergarten (2017) /
Fußballkindergarten (2018) /
Aikido-Erwachsenentraining

27.8	Sa	Gerätetraining im Studio mit Matthias (GESundFIT) / Line Dance mit Hilke Fortgeschrittene / Line Prüfungs-Vorbereitungstraining /
28.8	So	Gerätetraining im Studio mit Roman (GESundFIT) / Ballett Open Class /
29.8	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Gerätetraining im Studio mit Roman (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hilke / Gerätetraining im Studio mit Matthias (GESundFIT) / Bauch Beine Rücken Po mit Nayaran (Vertretung) / Wirbelsäulengymnastik mit Nayaran (Vertretung) / Qigong mit Christa (Sitzungsraum BSV-Zentrum) / Wirbelsäulengymnastik mit Nayaran (Vertretung) / Wirbelsäulengymnastik mit Nayaran (Vertretung) / Kundalini Yoga Hari

Bhajan Simran Kaor / Zumba mit
 Ava / Herren 55 Plus mit Ava /
 Pilatoning mit Tanja / ABGESAGT!
 Zirkeltraining (Outdoor/Kursraum
 GESundFIT) ACTIVE CITY
 SUMMER / Eltern-Kind-Turnen 1-5
 Jahre bei Nicole / Kreativer
 Kindertanz mit Heike /
 Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
 Nicole / Eltern-Kind-Turnen bei
 Susanne / Spiel und Spaß mit
 Heike / Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei
 Nicole / Nordic Walking selbst
 organisiert (Einsteiger) /
 TRAININGSPÄNE @ home (alle
 Abteilungen) / JUDO-Training U11 /
 JUDO-Training U13 + U15 /
 JUDO-Training U18 + Erwachsene /
 Fußballkindergarten (2017) /
 Fußballkindergarten (2018)

30.8 Di Kinderballett (Vorstufe) /
 Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 -
 9 Jahre / Trampolin Alter 16+ &
 Fortgeschrittene / Tanzkreis
 Standard/Latein / Qigong mit
 Martina (Outdoor / im Freien)
 ACTIVE CITY SUMMER /
 Yoga-Alternative mit Roman
 (Outdoor/Kursraum GESundFIT)
 ACTIVE CITY SUMMER /
 ABGESAGT: Präventionskurs
 GENIUS RÜCKENTRAINING AM
 GERÄT mit Petra (Fitness-Studio)

GESundFIT) / Gerätetraining im
Studio mit Roman (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hilke / Lungensport-Gruppe mit
Hilke / Gerätetraining im Studio mit
Hilke (GESundFIT) / Body in
Balance mit Claudia / Complete
Body Workout mit Claudia / Aerobic
mit Claudia / Qigong mit Martina /
BBPR/Workout mit Sanni / Krav
Maga / Selbstverteidigung / "Mach
mit - bleib fit" Hockergruppe (Sabine
Skarpil) / "Mach mit - bleib fit"
Sportgruppe (Sabine Skarpil) /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Gerätturnen Dienstag
Talentgruppe / Gerätturnen
Anfänger mit Nicole Ebert /
Gerätturnen ab 5 Jahre / Anfänger
mit Nicole/Pitt / Gerätturnen
Wettkampfgruppe bei Bianca /
Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Aikido-Ukemi-Training / Functional
Step mit Sanni

31.8 Mi Trampolin Alter 4 - 6 Jahre /
ABGESAGT! Handball
Fitness-Training im GESundFIT:
Helsen-Test mit Ralf /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Mariola / Gerätetraining im
Studio mit Mariola (GESundFIT) /
Fit in den Tag mit Mariola (Outdoor /
Kursraum) / Lungensport-Gruppe
mit Hilke / Gerätetraining im Studio

mit Hilke (GESundFIT) /
 Orthopädische Rehasport-Gruppe
 mit Petra (GESundFIT) /
 Orthopädische Rehasport-Gruppe
 mit Petra / Zumba mit Ava
 (Vertretung) / Choreo Dance mit
 Claudia / Gymnastik Damen 40
 plus mit Nicole / Fit & Move mit
 Claudia / Wirbelsäulengymnastik 2
 mit Christina /
 Wirbelsäulengymnastik 1 mit
 Christina / Kundalini Yoga at Home
 (Zoom) / Pilates mit Christina /
 "Mach mit - bleib fit" Qigong-Gruppe
 (Martina Sachau) / "Mach mit - bleib
 fit" Hockergruppe (Martina Sachau)
 / Kreativer Kindertanz 4 - 6 Jahre
 mit Heike / Eltern-Kind-Turnen 1-5
 Jahre bei Nicole / Kreativer
 Kindertanz 7 - 9 Jahre mit Heike /
 Flitzerstunde mit Bobbycar-Parkour
 / ~~Hatha Yoga mit Barbara~~
 (Gymnastikhalle) / JUDO-Training
 U8 + U11 / JUDO-Training U13 +
 U15 / JUDO-Training U18 +
 Erwachsene / Hobby
 JUDO-Training für Erwachsene

September 2022

1.9	Do	Kinderballett I / Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15 Jahre / Fitness-Workshop Yoga mit Hanna/Linda (Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY SUMMER / ABGESAGT: Mach mit - bleib fit
2.9	Fr	Gerätetraining im Studio mit Ralf (GESundFIT) / Line Dance mit Ilse - Fortgeschrittene / Line Dance mit Prüfungs-Vorbereitungstraining / Ballett Open Class
3.9	Sa	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / ABGESAGT! Fitness-Workshop (Outdoor)
4.9	So	Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 - 9 Jahre / Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15 Jahre
5.9	Mo	Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Mariola / Kundalini Yoga at Home (Zoom) / Pilates mit Nayaran (Vertretung) / Gerätetraining im Studio mit Mariola (GESundFIT) / ABGESAGT: "Mach mit - bleib fit" Hockergruppe ???
6.9	Di	Wirbelsäulengymnastik 1 mit Nayaran (Vertretung) / Fit in den Tag mit Mariola (Outdoor) / Kursraum / "Mach mit - bleib fit" Qigong-Gruppe (NEU: Roman Tissen) / Wirbelsäulengymnastik 2 mit Nayaran (Vertretung) / Lungensport-Gruppe mit Katja / Gerätetraining im Studio mit Katja (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Petra (GESundFIT) / Fit & Move mit Claudia / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Petra / Choreo Dance mit Claudia / Gymnastik Damen 40 plus mit Nicole / Hatha Yoga mit Linda (Gymnastikhalle) / Zumba mit Jessica / Neu: Kreativer Kindertanz 4 - 6 Jahre mit Heike / JUDO-Training U8 + U11 / JUDO-Training U13 + U15 / JUDO-Training U18 + Erwachsene / Hobby JUDO-Training für Erwachsene / Kreativer Kindertanz 4 - 6 Jahre mit Heike / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
7.9	Mi	
8.9	Do	
9.9	Fr	
10.9	Sa	
11.9	So	
12.9	Mo	
13.9	Di	
14.9	Mi	
15.9	Do	
16.9	Fr	
17.9	Sa	
18.9	So	
19.9	Mo	
20.9	Di	
21.9	Mi	

22.9 Do Kinderballett I / Trampolin Alter 10
- 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15
Jahre & Fortgeschrittene /
Trampolin als Breitensport für Eltern
& Ältere / Tanzkurs Fortgeschrittene
+ Bronze im Standard/Latein /
Pilates & Faszien mit Christa
(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY
SUMMER / Qigong mit Christa
(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY
SUMMER / Outdoor-Workout mit
Julia (Outdoor / im Freien) ACTIVE
CITY SUMMER / Natural Movement
mit Roman (GESundFIT/Outdoor)
ACTIVE CITY SUMMER / Ballett
Open Class (Mittelstufe ab 16 J.) /
Gerätetraining im Studio mit Ralf
(GESundFIT) / Senioren Fit mit
Katja / Osteoporose-Sport/
Sturzprophylaxe mit Katja /
Gymnastik für Senioren mit Sabine
/ Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Katja / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Katja /
Gerätetraining im Studio mit Roman
bis 20 Uhr (GESundFIT) / Yoga
SANFT mit Linda / Rücken-Aktiv
mit Katja / Funktionelles
Krafttraining mit Roman
(GESundFIT/Outdoor) ACTIVE
CITY SUMMER / JUDO
Anfänger-Training U8 /
Aikido-Kindertraining /

Aikido-Waffentraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Ballspiele für Kids ab 7 Jahre /
Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole /
Gerätturnen Fortgeschrittene bei
Nicole Ebert / DUO Sport Halle /
Treffen bei Martin Bramfelder Hof /
Gymnastik / Treffen bei Martin /
Bramfelder Hof / Volleyball / NEU:
Phantasiereise ab 5 Jahre ohne
Atemwegserkrankung mit Marion
Beutter

23.9 Fr Yoga mit Hanna/Linda (Outdoor / im
Freien) ACTIVE CITY SUMMER /
"Mach mit - bleib fit"
Senioren-sportgruppe LeNa
Steilshoop (Katja Reeps) / "Mach
mit - bleib fit" Seniorengruppe
(Norbert Hauschild) / ABGESAGT:
Leichtathletik /
Aikido-Kindertraining /
Gerätetraining im Studio mit Katja
(GESundFIT) / Orientalischer Tanz
mit Afritah / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Katja /
Gerätetraining im Studio mit Katja
(GESundFIT) / Yoga & Meditation
mit Norbert / Neu: Kreativer
Kindertanz 4 - 6 Jahre mit Cornelia /
JUDO-Training U8 + U10 /
JUDO-Training U13 + U15 /
JUDO-Training U18 + Erwachsene /
Aikido-Erwachsenentraining /
Babyturnen 0-3 Jahre bei Nicole /
Eltern-Kind-Turnen 1 - 5 Jahre bei
Nicole / Talentgruppe Gerätturnen
mit Pitt/Marie/Nicole /
Eltern-Kind-Turnen 1 - 5 Jahre bei
Nicole / Wettkampfgruppe
Gerätturnen 17:45 - 19:45 /
ABGESAGT: Fußballkindergarten
(2018) / Fußballkindergarten (2017)

24.9	Sa	Gerätetraining im Studio mit Matthias (GESundFIT) / ABGESAGT! / kein Training möglich
25.9	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / Ballett Open Class (Fortgeschrittene ab 16 J.) / Ballett (Fortgeschrittene ab 16 J.)
26.9	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / ABGESAGT! Zirkeltraining (Outdoor/Kursraum GESundFIT) ACTIVE CITY SUMMER / Nordic Walking selbst organisiert (Einsteiger) / TRAININGSPLANE @ home (alle Abteilungen) / Bauch Beine Rücken Po mit Katja / Gerätetraining im Studio mit Hanna (GESundFIT) / Wirbelsäulengymnastik mit Katja / Qigong mit Christa (Sitzungsraum BSV-Zentrum) / Wirbelsäulengymnastik mit Katja / Wirbelsäulengymnastik mit Katja / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hanna / Gerätetraining im Studio mit Matthias (GESundFIT) / Kundalini Yoga Hari Bhajan Simran Kaor / Zumba mit Ava / Herren 55 Plus mit Ava / Pilatoning mit Tanja / JUDO-Training U11 / JUDO-Training U13 + U15 /

JUDO-Training U18 + Erwachsene /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Kreativer Kindertanz mit
Heike / Eltern-Kind-Turnen 1-5
Jahre bei Nicole /
Eltern-Kind-Turnen bei Susanne /
Spiel und Spaß mit Heike /
Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole /
Fußballkindergarten (2018) /
Fußballkindergarten (2017) /
Fußballkindergarten (2017) /
Europäische Woche des Sports
#BeActive / Vorstandssitzung

27.9 Di Kinderballett (Vorstufe) /
Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 -
9 Jahre / Trampolin Alter 16+ &
Fortgeschrittene / Tanzkreis
Standard/Latein / ABGESAGT:
Qigong mit Martina (Outdoor / im
Freien) ACTIVE CITY SUMMER /
Yoga mit Hanna (Outdoor/Kursraum
GESundFIT) ACTIVE CITY
SUMMER / Body in Balance mit
Claudia / Gerätetraining im Studio
mit Hanna (GESundFIT) / Complete
Body Workout mit Claudia / "Mach
mit - bleib fit" Hockergruppe
(Vertretung Roman) / Aerobic mit
Claudia / "Mach mit - bleib fit"
Sportgruppe (Vertretung Roman) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hilke / Lungensport-Gruppe mit
Hilke / Gerätetraining im Studio mit

Hilke (GESundFIT) / Qigong mit Roman (Vertretung) / Krav Maga / Selbstverteidigung / BBPR/Workout mit Sanni / Functional Step mit Sanni / NEU: Crosskids ab 6 Jahre mit Nadine Deutschmann / Aikido-Kindertraining / Aikido-Erwachsenentraining / Aikido-Ukemi-Training / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Gerätturnen Dienstag Talentgruppe / Gerätturnen Anfänger mit Nicole Ebert / Gerätturnen ab 5 Jahre / Anfänger mit Nicole/Pitt / Gerätturnen Wettkampfgruppe bei Bianca / Europäische Woche des Sports #BeActive

28.9 Mi Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Mariola / Kundalini Yoga at Home (Zoom) / Pilates mit Christina / Gerätetraining im Studio mit Mariola (GESundFIT) / ABGESAGT: "Mach mit - bleib fit" Hockerguppe ??? / Wirbelsäulengymnastik 1 mit Christina / Fit in den Tag mit Mariola (Outdoor / Kursraum) / "Mach mit - bleib fit" Qigong-Gruppe (NEU: Roman Tissen) / Wirbelsäulengymnastik 2 mit Christina / Lungensport-Gruppe mit Hilke / Gerätetraining im Studio mit Hilke (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Petra

(GESundFIT) / Fit & Move mit
Claudia / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Petra /
Choreo Dance mit Claudia /
Gymnastik Damen 40 plus mit
Nicole / Hatha Yoga mit Linda
(Gymnastikhalle) / Zumba mit
Jessica / Neu: Kreativer Kindertanz
4 - 6 Jahre mit Heike /
JUDO-Training U8 + U11 /
JUDO-Training U13 + U15 /
JUDO-Training U18 + Erwachsene /
Hobby JUDO-Training für
Erwachsene / Kreativer Kindertanz
4 - 6 Jahre mit Heike /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Kreativer Kindertanz 7 - 9
Jahre mit Heike / Flitzerstunde mit
Bobbycar-Parkour / Europäische
Woche des Sports #BeActive

29.9 Do Kinderballett I / Trampolin Alter 10
- 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15
Jahre & Fortgeschrittene /
Trampolin als Breitensport für Eltern
& Ältere / Tanzkurs Fortgeschrittene
+ Bronze im Standard/Latein /
Pilates & Faszien mit Christa
(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY
SUMMER / Qigong mit Christa
(Outdoor / im Freien) ACTIVE CITY
SUMMER / Outdoor-Workout mit
Sanni (Outdoor / im Freien) ACTIVE
CITY SUMMER / Natural Movement
mit Roman (GESundFIT/Outdoor)
ACTIVE CITY SUMMER / Ballett

Open Class (Mittelstufe ab 16 J.) /
 Gerätetraining im Studio mit Hanna
 (GESundFIT) / Senioren Fit mit
 Katja / Osteoporose-Sport/
 Sturzprophylaxe mit Katja /
 Gymnastik für Senioren mit Sabine
 / Orthopädische Rehasport-Gruppe
 mit Hilke / Orthopädische
 Rehasport-Gruppe mit Hilke /
 Gerätetraining im Studio mit Roman
 bis 20 Uhr (GESundFIT) / Yoga
 SANFT mit Linda / Rücken-Aktiv
 mit Katja / Funktionelles
 Krafttraining mit Roman
 (GESundFIT/Outdoor) ACTIVE
 CITY SUMMER / JUDO
 Anfänger-Training U8 /
 Aikido-Kindertraining /
 Aikido-Waffentraining /
 Aikido-Erwachsenentraining /
 Ballspiele für Kids ab 7 Jahre /
 Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole /
 Gerätturnen Fortgeschrittene bei
 Nicole Ebert / DUO Sport Halle /
 Treffen bei Martin Bramfelder Hof /
 Gymnastik / Treffen bei Martin /
 Bramfelder Hof / Volleyball / NEU:
 Phantasiereise ab 5 Jahre ohne
 Atemwegserkrankung mit Marion
 Beutter / NEU: Ballspiele für Kids 4
 - 6 Jahre / Europäische Woche des
 Sports #BeActive

30.9 Fr Yoga mit Linda (Outdoor / im
 Freien) ACTIVE CITY SUMMER /
 "Mach mit - bleib fit"
 Seniorensportgruppe LeNa
 Steilshoop (Katja Reeps) / "Mach
 mit - bleib fit" Seniorengruppe
 (Norbert Hauschild) / ABGESAGT:
 Leichtathletik /
 Aikido-Kindertraining /
 Gerätetraining im Studio mit Katja
 (GESundFIT) / ABGESAGT: ?
 Orientalischer Tanz mit Afritah /
 Orthopädische Rehasport-Gruppe

mit Katja / Gerätetraining im Studio
mit Oskar (GESundFIT) / Yoga &
Meditation mit Norbert / Neu:
Kreativer Kindertanz 4 - 6 Jahre mit
Cornelia / JUDO-Training U18 +
Erwachsene /
Aikido-Erwachsenentraining /
Babyturnen 0-3 Jahre bei Nicole /
ABGESAGT: Eltern-Kind-Turnen 1 -
5 Jahre bei Nicole / Talentgruppe
Gerätturnen mit Pitt/Marie/Nicole /
ABGESAGT: Eltern-Kind-Turnen 1 -
5 Jahre bei Nicole / ABGESAGT:
Wettkampfgruppe Gerätturnen
17:45 - 19:45 / Fußballkindergarten
(2018) / Fußballkindergarten (2017)
/ Europäische Woche des Sports
#BeActive

Oktober 2022

	1.10	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Line Dance mit Ilse -
	2.10	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / Ballett Open Class (AF/ M/ F) /
	3.10	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Nordic Walking selbst
	4.10	Di	Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 -
	5.10	Mi	Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / JUDO-Training U8 + U11 /
	6.10	Do	Kinderballett I / Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15
	7.10	Fr	Leichtathletik / Aikido-Kindertraining /
	8.10	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Line Dance mit Ilse -
	9.10	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / Ballett Open Class (M/ F) / Ballett
	10.10	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / BSV Fußballschule /
	11.10	Di	Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett I / BSV Fußballschule
	12.10	Mi	BSV Fußballschule / ABGESAGT: Trampolin Alter 4 - 6 Jahre /
	13.10	Do	ABGESAGT: Kinderballett I / BSV Fußballschule / ABGESAGT:
	14.10	Fr	BSV Fußballschule / Leichtathletik / Aikido-Kindertraining /
	15.10	Sa	Line Dance mit Ilse - Fortgeschrittene / Line Dance mit
	16.10	So	Dan-Vorbereitungslehrgang / Ballett Open Class (M/ F) / Ballett Open
	17.10	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Nordic Walking selbst
	18.10	Di	Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett I / ABGESAGT:
	19.10	Mi	ABGESAGT: Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / DUOs on Tour - Oktober
	20.10	Do	Kinderballett I / ABGESAGT: Trampolin Alter 10 - 12 Jahre /
	21.10	Fr	DUOs on Tour - Oktober 2022 / Leichtathletik /
	22.10	Sa	DUOs on Tour - Oktober 2022 / Line Dance mit Ilse -
	23.10	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / Ballett Open Class (M/ F) / Ballett
	24.10	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Nordic Walking selbst
			organisiert (Einsteiger) /
			ABGESAGT: "Mach mit - bleib fit"
			Rollstuhlgruppe (Hanna Kuhnt /
			n.n.) / JUDO-Training U11 /
			JUDO-Training U13 + U15 /
			JUDO-Training U18 + Erwachsene /
			Bauch Beine Rücken Po mit
			Nayaran (Vertretung) /
			Wirbelsäulengymnastik mit Nayaran
			(Vertretung) / Qigong mit Christa
			(Sitzungsraum BSV-Zentrum) /
			Wirbelsäulengymnastik mit Nayaran
			(Vertretung) /
			Wirbelsäulengymnastik mit Nayaran
			(Vertretung) / Kundalini Yoga Hari
			Bhajan Simran Kaor / Zumba mit
			Ava / Herren 55 Plus mit Ava /
			Pilatoning mit Tanja /
			Gerätetraining im Studio 9-13 Uhr
			mit Hanna (GESundFIT) /
			Orthopädische Rehasport-Gruppe
			mit Hanna / Gerätetraining im
			Studio 16-20 Uhr mit Matthias
			(GESundFIT) / Eltern-Kind-Turnen
			1-5 Jahre bei Nicole / Kreativer
			Kindertanz mit Heike /

Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Eltern-Kind-Turnen bei
Susanne / Spiel und Spaß mit
Heike / Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei
Nicole / Triathlon-Training im
GESundFIT (geschlossene Gruppe
Triathlon) / Dance to change -
Selbstcoaching durch tanzen
(traumasensibel) / Kursraum
GESundFIT / ABGESAGT:
BodyScan - Stabilität und
Selbstregulation (traumasensibel) /
Kursraum GESundFIT /
Fußballkindergarten (2018) /
Vorstandssitzung

25.10 Di Kinderballett (Vorstufe) /
Kinderballett / Trampolin Alter: 7 -
9 Jahre / Trampolin Alter 16+ &
Fortgeschrittene / Tanzkreis
Standard/Latein / Präventionskurs
GENIUS RÜCKENTRAINING AM
GERÄT mit Petra (Fitness-Studio
GESundFIT) Kursnummer
KU-BE-JVW65A /
Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Aikido-Ukemi-Training / Body in
Balance mit Claudia / Complete
Body Workout mit Claudia / Aerobic
mit Claudia / Qigong mit Martina /
BBPR/Workout mit Sanni / Krav
Maga / Selbstverteidigung / "Mach
mit - bleib fit" Hockergruppe
(Vertretung ROMAN) / "Mach mit -
bleib fit" Sportgruppe (Vertretung
ROMAN) / Gerätetraining im Studio
mit Hanna (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hanna (Vertretung) /

Lungensport-Gruppe mit Hanna
(Vertretung) / Gerätetraining im
Studio mit Hanna (GESundFIT) /
Yoga mit Hanna (Kursraum
GESundFIT) / Eltern-Kind-Turnen
1-5 Jahre bei Nicole / Gerätturnen
Dienstag Talentgruppe /
Gerätturnen Anfänger mit Nicole
Ebert / Gerätturnen ab 5 Jahre /
Anfänger mit Nicole/Pitt /
Gerätturnen Wettkampfgruppe bei
Bianca / ABGESAGT: Crosskids ab
6 Jahre mit Nadine Deutschmann /
Qigong mit Martina

26.10 Mi Trampolin Alter 4 - 6 Jahre /
JUDO-Training U8 + U11 /
JUDO-Training U13 + U15 /
JUDO-Training U18 + Erwachsene /
Hobby JUDO-Training für
Erwachsene / Kundalini Yoga at
Home (Zoom) / Pilates mit Narayan
/ Wirbelsäulengymnastik 1 mit
Narayan / "Mach mit - bleib fit"
Qigong-Gruppe (NEU: Roman
Tissen) / Wirbelsäulengymnastik 2
mit Narayan / Fit & Move mit
Claudia / Choreo Dance mit
Claudia / Gymnastik Damen 40
plus mit Nicole / ABGESAGT:
Hatha Yoga mit Barbara
(Gymnastikhalle) / Zumba mit Ava
(Vertretung) / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Mariola /
Gerätetraining im Studio 9:15-13
Uhr mit Mariola (GESundFIT) / Fit in
den Tag mit Mariola (Outdoor /
Kursraum) / Lungensport-Gruppe

mit QIGONG-Vertretung mit Roman
 / Gerätetraining im Studio 16-18 Uhr
 mit Roman (GESundFIT) /
 Orthopädische Rehasport-Gruppe
 mit Petra (GESundFIT) /
 Orthopädische Rehasport-Gruppe
 mit Petra / Neurologisches Training
 mit Petra (Kursraum GESundFIT) /
 Kreativer Kindertanz 4 - 6 Jahre mit
 Heike / Kreativer Kindertanz 4 - 6
 Jahre mit Heike /
 Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
 Nicole / Kreativer Kindertanz 7 - 9
 Jahre mit Heike / ABGESAGT:
 Flitzerstunde mit Bobbycar-Parkour

27.10 Do Kinderballett II / Trampolin Alter 10
 - 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15
 Jahre & Fortgeschrittene /
 Trampolin als Breitensport für Eltern
 & Ältere / Tanzkurs Fortgeschrittene
 + Bronze im Standard/Latein /
 Ballett Open Class (Mittelstufe ab
 16 J.) / JUDO Anfänger-Training U8
 / Aikido-Kindertraining /
 Aikido-Waffentraining /
 Aikido-Erwachsenentraining /
 Senioren Fit mit Sabine (Vertretung)
 / Osteoporose-Sport/
 Sturzprophylaxe mit Sabine
 (Vertretung) / Gymnastik für
 Senioren mit Sabine / Yoga SANFT
 mit Linda / Rücken-Aktiv mit
 Nayaran (Vertretung) / Pilates &
 Faszien mit Christa / Qigong mit
 Christa (Sitzungsraum)

BSV-Zentrum) / Online-Workout mit
Sanni (Instagram) / Gerätetraining
im Studio mit Roman 16-20 Uhr
(GESundFIT) / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Anika
(Vertretung) / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Roman
(Vertretung) / Gerätetraining im
Studio 9-13 Uhr mit Matthias /
Hanna (GESundFIT) /
Phantasiereise ab 5 Jahre ohne
Atemwegserkrankung mit Marion
Beutter / Ballspiele für Kids ab 7
Jahre / Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei
Nicole / Gerätturnen
Fortgeschrittene bei Nicole Ebert /
NEU: Ballspiele für Kids 4 - 6 Jahre
/ Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Ballett - Tanz.
Früherziehung / Natural Movement
mit Roman (GESundFIT) / DUO
Sport Halle / Treffen bei Martin
Bramfelder Hof / Gymnastik /
Treffen bei Martin / Bramfelder Hof /
Volleyball

28.10 Fr Leichtathletik /
Aikido-Kindertraining /
JUDO-Training U8 + U10 /
JUDO-Training U13 + U15 /
Aikido-Erwachsenentraining / Yoga
& Meditation mit Norbert / Hatha
Yoga mit Linda / "Mach mit - bleib
fit" Seniorengruppe (Norbert
Hauschild) / "Mach mit - bleib fit"
Seniorenportgruppe LeNa
Steilshoop (Vertretung Ava) /
Gerätetraining im Studio mit
Matthias (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Ava (Vertretung GESundFIT) /
Gerätetraining im Studio mit Oskar
(GESundFIT) / Eltern-Kind-Turnen 1
- 5 Jahre bei Nicole / ABGESAGT:

Talentgruppe Gerätturnen mit
Pitt/Marie/Nicole /
Eltern-Kind-Turnen 1 - 5 Jahre bei
Nicole / Wettkampfgruppe
Gerätturnen 17:45 - 19:45 /
Orientalischer Tanz mit Afritah /
Babyturnen 0-3 Jahre bei Nicole /
Fußballkindergarten (2018)

29.10 Sa JUDO Athletik- und Techniktraining
/ 4. BSV-Helfertag / Line Dance mit
Janetta (Vertretung) -
Fortgeschrittene / Line Dance mit
Janetta (Vertretung) -
Anfänger*innen / ABGESAGT:
Bauchtanz / orientalischer Tanz mit
Iulia / Gerätetraining im Studio mit
Matthias (GESundFIT) /
ABGESAGT: PMR - Entspannung,
Schmerz- und Stressbewältigung
(traumasensibel) / Kursraum
GESundFIT / ABGESAGT: Yin
Yoga - Schmerzen reduzieren,
Grenzen wahrnehmen, heilen

November 2022

	1.11	Di	Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 - Jahre / Trampolin Alter 13 - 15
	2.11	Mi	Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / JUDO-Training U8 + U11 / JUDO-Training U13 + U14
	3.11	Do	Kinderballett II / Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15 Jahre & Fortgeschrittene / Leichtathletik
	4.11	Fr	Aikido-Kindertraining / JUDO-Training U8 + U11
	5.11	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Line Dance mit Janetta
	6.11	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / Ballett Open Class (AF m. K.) / Ballett Open Class (AF m. K.)
	7.11	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Nordic Walking selbst organisiert (Finale)
	8.11	Di	Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 - Jahre / Trampolin Alter 13 - 15
	9.11	Mi	Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / JUDO-Training U8 + U11 / JUDO-Training U13 + U14
	10.11	Do	Kinderballett II / Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15 Jahre & Fortgeschrittene / Leichtathletik
	11.11	Fr	Aikido-Kindertraining / JUDO-Training U8 + U11
	12.11	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Line Dance mit Ilse - Fortgeschrittene / Line Dance mit Fortgeschrittene
	13.11	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / Ballett Open Class (AF m. K.) / Ballett Open Class (AF m. K.)
	14.11	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Nordic Walking selbst organisiert (Finale)
	15.11	Di	Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 - Jahre / Trampolin Alter 13 - 15
	16.11	Mi	Trampolin Alter 4 - 6 Jahre / JUDO-Training U8 + U11 / JUDO-Training U13 + U14
	17.11	Do	Kinderballett II / Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15 Jahre & Fortgeschrittene / Trampolin als Breitensport für Eltern & Ältere / Tanzkurs Fortgeschrittene + Bronze im Standard/Latein / Ballett Open Class (Mittelstufe ab 16 J.) / JUDO Anfänger-Training U8 / Aikido-Kindertraining / Aikido-Waffentraining / Aikido-Erwachsenentraining / Senioren Fit mit Katja / Osteoporose-Sport/ Sturzprophylaxe mit Katja / Gymnastik für Senioren mit Sabine / Yoga SANFT mit Linda / Rücken-Aktiv mit Narayan (Vertretung) / Pilates & Faszien mit Christa / Qi Gong mit Christa (Sitzungsraum BSV-Zentrum) / Online-Workout mit Sanni (Instagram) / Gerätetraining im Studio mit Roman 16-20 Uhr (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hanna / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Hanna / Gerätetraining im Studio 9-13 Uhr mit Matthias / Hanna (GESundFIT) / Ballett - Tanz. Früherziehung / Natural Movement mit Roman (GESundFIT) / Funktionelles Krafttraining mit Roman (GESundFIT/Kursraum) / Ballspiele für Kids 4 - 6 Jahre / Phantasiereise ab 5 Jahre ohne Atemwegserkrankung mit Marion Beutter / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / Ballspiele für Kids ab 7 Jahre / Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole / Gerätturnen Fortgeschrittene bei Nicole Ebert / Gymnastik / Treffen bei Martin / Bramfelder Hof / Volleyball / DUO Sport Halle / Treffen bei Martin Bramfelder Hof / Gymnastik /
	30.10	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / Ballett Open Class (AF m. K.) / Ballett Open Class (AF m. K.)
	31.10	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Nordic Walking selbst organisiert (Finale)

18.11	Fr	Leichtathletik / Aikido-Kindertraining / Judo Training 18-19 J.
19.11	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Line Dance mit Ilse - Fortgeschrittene / Line Dance mit Fortgeschrittenen
20.11	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / Ballett Open Class (AF m. K.) / Ballett Open Class (AF m. K.)
21.11	Mo	Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Nordic Walking selbst organisiert (Fortstufe)
22.11	Di	Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 - 9 Jahre / Trampolin Alter 16+ & Fortgeschrittene / ABGESAGT: Tanzkreis Standard/Latein / Präventionskurs GENIUS RÜCKENTRAINING AM GERÄT mit Petra (Fitness-Studio GESundFIT) Kursnummer KU-BE-JVW65A / Aikido-Kindertraining / Aikido-Erwachsenentraining / Aikido-Ukemi-Training / Body in Balance mit Claudia / Complete Body Workout mit Claudia / Aerobic mit Claudia / Qigong mit Martina / BBPR/Workout mit Sanni / Functional Step mit Sanni / Krav Maga / Selbstverteidigung / "Mach mit - bleib fit" Hockergruppe (Sabine Skarpil) / "Mach mit - bleib fit" Sportgruppe (Sabine Skarpil) / Gerätetraining im Studio 9-13 Uhr mit Katja / Hanna (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe mit Katja / Lungensport-Gruppe mit Hanna / Gerätetraining im Studio 16-18 Uhr mit Hanna (GESundFIT) / Yoga mit Hanna (Kursraum GESundFIT) / Qigong mit Martina / Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei Nicole / ABGESAGT: Gerätturnen Dienstag Talentgruppe /

Gerätturnen Anfänger mit Nicole
Ebert / Gerätturnen ab 5 Jahre /
Anfänger mit Nicole/Pitt /
ABGESAGT: Gerätturnen
Wettkampfgruppe bei Bianca /
Crosskids ab 6 Jahre mit Nadine
Deutschmann

23.11 Mi Trampolin Alter 4 - 6 Jahre /
JUDO-Training U8 + U11 /
JUDO-Training U13 + U15 /
JUDO-Training U18 + Erwachsene /
Hobby JUDO-Training für
Erwachsene / Kundalini Yoga at
Home (Zoom) / Pilates mit Christina
/ Wirbelsäulengymnastik 1 mit
Christina / "Mach mit - bleib fit"
Qigong-Gruppe (NEU: Roman
Tissen) / Wirbelsäulengymnastik 2
mit Christina / Fit & Move mit
Claudia / Choreo Dance mit
Claudia / Gymnastik Damen 40
plus mit Nicole / Hatha Yoga mit
Barbara (Gymnastikhalle) / Zumba
mit Jesica / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Mariola /
Gerätetraining im Studio 9:15-13
Uhr mit Mariola (GESundFIT) / Fit in
den Tag mit Mariola (Outdoor /
Kursraum) / Lungensport-Gruppe
mit Katja / Gerätetraining im Studio
16-18 Uhr mit Katja (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Roman (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Roman / Neurologisches
Training / Rehagruppe mit
Roman(Kursraum GESundFIT) /

Kreativer Kindertanz 4 - 6 Jahre mit
Heike / Kreativer Kindertanz 4 - 6
Jahre mit Heike /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Kreativer Kindertanz 7 - 9
Jahre mit Heike / Flitzerstunde mit
Roller und Bobbycar

24.11 Do Kinderballett II / Trampolin Alter 10
- 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15
Jahre & Fortgeschrittene /
Trampolin als Breitensport für Eltern
& Ältere / ABGESAGT: Tanzkurs
Fortgeschrittene + Bronze im
Standard/Latein / Ballett Open
Class (Mittelstufe ab 16 J.) / JUDO
Anfänger-Training U8 /
Aikido-Kindertraining /
Aikido-Waffentraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Senioren Fit mit Katja /
Osteoporose-Sport/
Sturzprophylaxe mit Katja /
Gymnastik für Senioren mit Sabine
/ Yoga SANFT mit Martina
(Vertretung) / Rücken-Aktiv mit
Katja / Pilates & Faszien mit
Christa / Qigong mit Christa
(Sitzungsraum BSV-Zentrum) /
Gerätetraining im Studio mit Roman
16-20 Uhr (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hanna / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Hanna /
Gerätetraining im Studio 9-13 Uhr
mit Matthias / Hanna (GESundFIT) /

Ballett - Tanz. Früherziehung /
Natural Movement mit Roman
(GESundFIT) / Funktionelles
Krafttraining mit Roman
(GESundFIT/Kursraum) /
ABGESAGT: Ballspiele für Kids 4 -
6 Jahre / Phantasiereise ab 5 Jahre
ohne Atemwegserkrankung mit
Marion Beutter /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / ABGESAGT: ABGESAGT:
Ballspiele für Kids ab 7 Jahre /
Kinderturnen 4 - 8 Jahre bei Nicole /
Gerätturnen Fortgeschrittene bei
Nicole Ebert / Gymnastik / Treffen
bei Martin / Bramfelder Hof /
Volleyball / DUO Sport Halle /
Treffen bei Martin Bramfelder Hof /
Gymnastik / Treffen bei Martin /
Bramfelder Hof / Volleyball

25.11 Fr Leichtathletik /
Aikido-Kindertraining /
JUDO-Training U8 + U10 /
JUDO-Training U13 + U15 /
JUDO-Training U18 + Erwachsene /
Aikido-Erwachsenentraining / Yoga
& Meditation mit Norbert / Hatha
Yoga mit Hanna/Linda / ! Achtung
Terminänderung ! Online-Workout
mit Sanni (Instagram) / "Mach mit -
bleib fit" Seniorengruppe (Norbert
Hauschild) / "Mach mit - bleib fit"
Seniorengruppe LeNa
Steilshoop (Katja Reeps) /
Gerätetraining im Studio 9-13 Uhr
mit Katja (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Katja / Gerätetraining im Studio
15-18 Uhr mit Oskar (GESundFIT) /
Orientalischer Tanz mit Afritah /
Fußballkindergarten (2018) /
ABGESAGT: Move to change -
Selbstcoaching durch tanzen
(traumasensibel) / Babyturnen 0-3
Jahre bei Nicole / ABGESAGT:

Eltern-Kind-Turnen 1 - 5 Jahre bei
Nicole / ABGESAGT: Talentgruppe
Gerätturnen mit Pitt/Marie/Nicole /
ABGESAGT: Eltern-Kind-Turnen 1 -
5 Jahre bei Nicole / ABGESAGT:
Wettkampfgruppe Gerätturnen
17:45 - 19:45 / ABGESAGT:
Kreativer Kindertanz 4 - 6 Jahre mit
Cornelia / ABGESAGT: BodyScan -
Stabilität und Selbstregulation
(traumsensibel) / Sportraum 1,
BSV-Zentrum / Wandern 1 und 2:
Spartenversammlung /
Spartenversammlung Wandern

26.11	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / Line Dance mit Ilse -
27.11	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / Ballett Open Class (AF m. K.) / Walking (Fortgeschrittene) selbst organisiert / Nordic Walking selbst organisiert (Einsteiger) / JUDO-Training U11 / JUDO-Training U13 + U15 / JUDO-Training U18 + Erwachsene / Bauch Beine Rücken Po mit Katja / Wirbelsäulengymnastik mit Katja / Qigong mit Christa (Sitzungsraum BSV-Zentrum) / Wirbelsäulengymnastik mit Katja / Wirbelsäulengymnastik mit Katja / Kundalini Yoga Hari Bhajan Simran Kaor / Zumba mit Ava / Herren 55 Plus mit Ava / Pilatoning mit Tanja / Gerätetraining im Studio 9-13 Uhr mit Hanna (GESundFIT) / Orthopädische Rehasport-Gruppe
28.11	Mo	

mit Hanna / Gerätetraining im
Studio 16-20 Uhr mit Matthias
(GESundFIT) / Triathlon-Training im
GESundFIT (geschlossene Gruppe
Triathlon) / Fußballkindergarten
(2018) / ABGESAGT:
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Kreativer Kindertanz mit
Heike / ABGESAGT:
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Eltern-Kind-Turnen bei
Susanne / Ballspiele mit Heike ab 5
Jahre / ABGESAGT: Kinderturnen 4
- 8 Jahre bei Nicole

29.11 Di Kinderballett (Vorstufe) /
Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 -
9 Jahre / Trampolin Alter 16+ &
Fortgeschrittene / ABGESAGT:
Tanzkreis Standard/Latein /
Präventionskurs GENIUS
RÜCKENTRAINING AM GERÄT
mit Petra (Fitness-Studio
GESundFIT) Kursnummer
KU-BE-JVW65A /
Aikido-Kindertraining /
Aikido-Erwachsenentraining /
Aikido-Ukemi-Training / Body in
Balance mit Claudia / Complete
Body Workout mit Claudia / Aerobic

mit Claudia / Qigong mit Martina /
BBPR/Workout mit Sanni /
Functional Step mit Sanni / Krav
Maga / Selbstverteidigung / "Mach
mit - bleib fit" Hockergruppe (Sabine
Skarpil) / "Mach mit - bleib fit"
Sportgruppe (Sabine Skarpil) /
Gerätetraining im Studio 9-13 Uhr
mit Katja / Hanna (GESundFIT) /
Orthopädische Rehasport-Gruppe
mit Hanna / Lungensport-Gruppe
mit Hanna / Gerätetraining im
Studio 16-18 Uhr mit Hanna
(GESundFIT) / Yoga mit Hanna
(Kursraum GESundFIT) / Qigong
mit Martina / ABGESAGT:
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Gerätturnen Dienstag
Talentgruppe / ABGESAGT:
Gerätturnen Anfänger mit Nicole
Ebert / Gerätturnen ab 5 Jahre /
Anfänger mit Nicole/Pitt /
Gerätturnen Wettkampfgruppe bei
Bianca / Crosskids ab 6 Jahre mit
Nadine Deutschmann

30.11 Mi Trampolin Alter 4 - 6 Jahre /
JUDO-Training U8 + U11 /
JUDO-Training U13 + U15 /
JUDO-Training U18 + Erwachsene /
Hobby JUDO-Training für
Erwachsene / Kundalini Yoga at
Home (Zoom) / ABGESAGT:
ABGESAGT: ABGESAGT: Pilates
mit Christina / ABGESAGT:
Wirbelsäulengymnastik 1 mit
Christina / "Mach mit - bleib fit"
Qigong-Gruppe (NEU: Roman
Tissen) / ABGESAGT:

Wirbelsäulengymnastik 2 mit
Christina / Fit & Move mit Claudia /
Choreo Dance mit Claudia /
Gymnastik Damen 40 plus mit
Nicole / Hatha Yoga mit Barbara
(Gymnastikhalle) / Zumba mit
Jessica / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Mariola /
Gerätetraining im Studio 9:15-13
Uhr mit Mariola (GESundFIT) / Fit in
den Tag mit Mariola (Outdoor /
Kursraum) / Lungensport-Gruppe
mit Roman / Gerätetraining im
Studio 16-18 Uhr mit Roman
(GESundFIT) / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Petra
(GESundFIT) / Orthopädische
Rehasport-Gruppe mit Petra /
Neurologisches Training /
Rehagruppe mit Petra (Kursraum
GESundFIT) / Kreativer Kindertanz
4 - 6 Jahre mit Heike / Kreativer
Kindertanz 4 - 6 Jahre mit Heike /
Eltern-Kind-Turnen 1-5 Jahre bei
Nicole / Kreativer Kindertanz 7 - 9
Jahre mit Heike / Flitzerstunde mit
Rolf und Bobbycar

Dezember 2022

1.12	Do	Kinderballett II / Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15 Jahre / Fechtturnen / Leichtathletik /
2.12	Fr	Aikido-Kindertraining /
3.12	Sa	ABGESAGT: VTF-Fortbildung / GESundFIT: Typologisches
4.12	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / Ballett Open Class (AF m. K.) / Ballett Open Class (M/F) / Ballett
5.12	Mo	Nordic Walking selbst organisiert (Einsteiger) / ABGESAGT: "Mach mit - bleib fit"
6.12	Di	Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 - 9 Jahre / Trampolin Alter: 4 - 6 Jahre /
7.12	Mi	JUDO-Training U8 + U11 /
8.12	Do	Kinderballett II / Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15 Jahre / Fechtturnen /
9.12	Fr	Leichtathletik / Aikido-Kindertraining /
10.12	Sa	JUDO Athletik- und Techniktraining / PMR - Entspannung, Schmerz- und Physiotherapie
11.12	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / Ballett Open Class (AF m. K.) / Ballett Open Class (M/F) / Ballett
12.12	Mo	Nordic Walking selbst organisiert (Einsteiger) / JUDO-Training U11 /
13.12	Di	Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett I / Trampolin Alter: 7 - 9 Jahre / Trampolin Alter: 4 - 6 Jahre /
14.12	Mi	JUDO-Training U8 + U11 /
15.12	Do	Kinderballett II / Trampolin Alter 10 - 12 Jahre / Trampolin Alter 13 - 15 Jahre / Fechtturnen /
16.12	Fr	Leichtathletik / Aikido-Kindertraining /
17.12	Sa	ABGESAGT: VTF-Fortbildung / GESundFIT: Training der faszialen
18.12	So	Prüfungs-Vorbereitungstraining / ABGESAGT: VTF-Fortbildung /
19.12	Mo	ABGESAGT: "Mach mit - bleib fit" Rollstuhlgruppe (Hanna Kuhn /
20.12	Di	Kinderballett (Vorstufe) / Kinderballett I / Tanzkreis
21.12	Mi	JUDO-Training U8 + U11 / JUDO-Training U13 + U15 /
22.12	Do	Kinderballett II / Ballett Open Class (Mittelstufe ab 16 J.) /
23.12	Fr	Aikido-Kindertraining / Aikido-Erwachsenentraining /
24.12	Sa	Heiligabend (Feiertag) / Weihnachtszeit - Wir wünschen Euch eine frohe und besinnliche
25.12	So	Ballett - Spitze (AF/ M/ F) / Ballett - Choreografie (auf Einladung) / 1. Weihnachtsfeier (Feiertag) /
26.12	Mo	Triathlon-Training im GESundFIT (geschlossene Gruppe Triathlon) /
27.12	Di	ABGESAGT: Kinderballett (Vorstufe) / ABGESAGT: Weihnachts - Gerätetraining im
28.12	Mi	Studio 9-13 Uhr mit Ava (GESundFIT) / Weihnachtsfeier
29.12	Do	ABGESAGT: Kinderballett II / Aikido-Kindertraining / Aikido-Waffentraining / Aikido-Erwachsenentraining / ABGESAGT: Ballett - Tanz - Früherziehung / Weihnachts - Gerätetraining im Studio 9-13 Uhr mit Oskar (GESundFIT) / Weihnachts - Gerätetraining im Studio 15-18 Uhr mit Oskar NUR MIT ANMELDUNG (GESundFIT) / Weihnachtszeit - Wir wünschen Euch eine frohe und besinnliche Zeit und einen guten Rutsch / Tanzkurs Fortgeschrittene + Bronze

[illegible]