

HALLEN - PLAN

Gültig ab 20.11.2011

Fitnessraum in der KGS Halle 2

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
07:45 - 13:20	Schule	Schule	Schule	Schule	Schule		
13:20 - 14:15	Schule	Schule	Schule	Schule	(bis 14.00 Uhr)		
14:15 - 14:30	Schule	Schule	Schule	Schule			
14:30 - 15:00	Schule	Schule	Schule	Schule			
15:00 - 15:30	Schule	Schule	Schule	Schule			
15:30 - 15:45	Schule	Schule	Schule	Schule			
15:45 - 16:00	Schule	Schule	Schule	Schule			
16:00 - 16:30	bis 16:30 Uhr	bis 16:30 Uhr	bis 16:30 Uhr	bis 16:30 Uhr			
16:30 - 17:00			ab 17:00 - 18:00 Uhr Taekwondo Kids I (8 - 11 Jahre) Grundlagen Theo Jappe Tel.: 04125/958843				
17:00 - 17:30	ab 17:00 Uhr Taekwondo Kids I (8-11 J.) Eddy Arndt Tel.: 04122/4030123	ab 17:30 Uhr			ab 17:00 Uhr Taekwondo Kids II (8 - 11 Jahre ab Gelbgurt) Grundl. und Formen Theo Jappe Tel.: 04125/958843		
17:30 - 17:45	bis 18:00 Uhr	Tanz AG	ab 18:00 - 18:45 Uhr Taekwondo Kids II (8 - 11 Jahre ab Gelbgurt) Wettk. Theo Jappe Tel.: 04125/958843		bis 18:00 Uhr		
17:45 - 18:00	ab 18:00- 19:00 Uhr Taekwondo - Kids II Jgd. ab 8 Jahre Grundlagen u. Turnier Nils Aulich Tel.: 04122/56458	der KGS Katherina Seidel Tel.: 040/8324488	ab 18:45 Uhr Taekwondo - Jugend ab 12 und Erw. Wettk. Turniersp. Theo Jappe Tel.: 04125/958843		ab 18:15 - 19:15 Uhr Taekwondo Jgd. I ab 12 J. und Erw. (ab Gelb-Grüng.) Grundl. Theo Jappe Tel.: 04125/958843		
18:00 - 18:30		bis 19:00 Uhr		ab 19:00 Uhr Vinyassa Power Yoga Imke Cords Tel.: 04122/56775			
18:30 - 18:45			bis 20:00 Uhr	bis 20:00 Uhr	ab 19:15 - 20:15 Uhr Taekwondo Jgd II ab 12 J. und Erw. (ab Grüngurt) Grundl. Theo Jappe Tel.: 04125/958843		
18:45 - 19:00			ab 20:00 - 21.15 Uhr	ab 20:15 - 21:15 Uhr Hatha-Yoga Ina Falke Tel.: 04122/56575	ab 20:30 - 21:15 Uhr Taekwondo Formen und Turnier ab Blaugurt Theo Jappe Tel.: 04125/958843		
19:00 - 19:30	ab 19:00 Uhr Taekwondo Erwachsene Freies Training Nils Aulich Tel.: 04122/56458	ab 19:30 Uhr					
19:30 - 19:45		Handball M4					
19:45 - 20:00		Karl Liepert Tel.: 0152/02178517					
20:00 - 20:15	bis 20:15 Uhr	bis 21:00 Uhr					
20:15 - 20:30			Taekwondo Erw. 35 Jahre plus Theo Jappe Tel.: 04125/958843				
20:30 - 22:00							
22:00 - 22:30							