

Präsenz

- Montag: Parcours für Kinder, Aufbauriege Turnen für Kinder ab 17.1., Leichtathletik, Aikido Erwachsene, Reha-Sport, Judo Kinder und Jugendliche, Kurs Yoga, Power Kids ab 17.1., Kurs Osteoporose ab 17.1., Gesundheitssport voraussichtl. ab Februar
- Dienstag: Reha-Sport, Volleyball Mixed, Aikido Kids, Power-Gymnastik Tischtennis, Eltern-Kind-Turnen 18.1 und 1.2, Leichtathletik 4-6 Jahre Kurs Sweet Reflex und Reflex, Turnen/Akrobatik ab 18.1., Stepp Aerobic Männer
- Mittwoch: Kindertanz, Eltern-Kind-Turnen 12.1. und 26.1., Taekwondo Kinder und Erwachsene, Handball Herren Mittelschulhalle, Kurs Klettern, Gesundheitssport Frauen ab Februar Judo Kinder und Jugendliche, Basketball Herren 1, Skigymnastik Mittelschule, Kurs Yoga Anfänger Erwachsene ab 19.1.
- Donnerstag: Ballsport für Kinder, Zumba Kinder und Teens bei Joanny, Stepp Aerobic 18.30Uhr Volleyball Mittelschulhalle, Volleyball Damen 1, Tabata, Fitness für Jeden, Zumba bei Paola, Einrad Anfänger und Fortgeschrittene, Kurs Tanz dich fit
- Freitag: Kinderturnen 4-5 Jahre & 6 Jahre, Leichtathletik, Aikido Kids Aikido Erwachsene, Taekwondo Kinder und Erwachsene, Handball Herren, Basketball Herren 1, Kurs Ballett und Funky Jazz, Handball wC

Online

- Montag: Rhythm. Funktionsgymnastik 18.30 Uhr, Funktionsgymnastik 20.00 Uhr, Kurs Yoga, Kurs Pilates, Kurs Balance Swing
- Dienstag: Kurs Smovey
- Mittwoch: Sanfte Gymnastik, Kurs Balance Swing
- Donnerstag: Kurs Around the Body, Kurs Tanz Fit
- Freitag: