



Wochentag	Übungszeiten	Sportgruppe	Ort
Montag	11:00 - 12:00	Ggymnastik Pilates	Turnhalle Overwegstraße 32
	12:00 - 13:00	Individuelle Gymnastik Entspannung	Turnhalle Overwegstraße 32
	16:30 - 18:00	Kinderturnen inklusiv	Behinderten-Sport-Zentrum Forellstraße
	17:30 - 19:30	Individuelle Gymnastik Krafttraining	Behinderten-Sport-Zentrum Forellstraße
	18:00 - 22:00	Tischtennis	Behinderten-Sport-Zentrum Forellstraße
	20:00 - 21:00	Warmwassergymnastik	Schule Börsinghauser Straße
Dienstag	16:00 - 17:00	Individuelle Gymnastik für Erwachsene	Robert-Brauner-Schule Bergstraße 93 b
	17:00 - 18:00	Individuelle Gymnastik für Erwachsene	Robert-Brauner-Schule Bergstraße 93 b
	18:00 - 20:00	Krafttraining	Behinderten-Sport-Zentrum Forellstraße
	18:00 - 22:00	Boccia	Behinderten-Sport-Zentrum Forellstraße
	18:00 - 19:00	Individuelle Gymnastik für Erwachsene	Robert-Brauner-Schule Bergstraße 93 b
	19:00 - 20:00	Gymnastik und Fußreflex	Robert-Brauner-Schule Bergstraße 93 b
	19:00 - 20:00	Warmwassergymnastik	Grundschule Pantringshof Eberhard-Wildermuth-Str. 43
Mittwoch	14:30 - 17:30	Hobbykegeln	Bergschlößchen Bergstr. 90 - Herne
	17:00 - 20:00	Leistungskegeln	Sporthalle Wanne-Süd
	18:00 - 19:00	Tiefwassergymnastik Wassergymnastik	Schwimmbad Südpool Bergstraße
	18:00 - 19:00	Schwimmen	Schwimmbad Südpool Bergstraße
Donnerstag	18:00 - 19:30	Individuelle Gymnastik	Behinderten-Sport-Zentrum Forellstraße
	19:00 - 20:00	Gymnastik	Behinderten-Sport-Zentrum Forellstraße
	20:00 - 22:00	Bosseln	Behinderten-Sport-Zentrum Forellstraße
Freitag	11:00 - 12:00	Gymnastik	Turnhalle Overwegstraße 32
	18:00 - 19:00	Tanzen im Sitzen	Behinderten-Sport-Zentrum Forellstraße