

Belegungsplan Vereinsheim Gesmold

21.08.2023

Uhrzeit	Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Bemerkungen
	Klein	Groß	Klein	Groß	Klein	Groß	Klein	Groß	Klein	Groß	
08:00 - 09:00							Fitness				
							Thai Chi Chuan				
10:00 - 11:00									Fitness		
									Kangatraining		
11:00 - 12:00									Fitness		
									Kangatraining		
15:00 - 15:30					Senioren						
					Tanzen						
15:30 - 16:00					Senioren						
					Tanzen						
16:00 - 16:30					Senioren						
					Tanzen						
16:30 - 17:00					Senioren						
					Tanzen						
17:00 - 17:30											
17:30 - 18:00											
18:00 - 18:30	Fitness						Fitness				
	Thai Chi Chuan						Akzeptanz				
18:30 - 19:00	Fitness					Dart	Fitness				
	Thai Chi Chuan					Dart	Akzeptanz				
19:00 - 19:30	Fitness		Fitness			Dart	Fitness				
	Thai Chi Chuan		Rückenschule			Dart	Akzeptanz				
19:30 - 20:00	Fitness		Fitness			Dart					
	Thai Chi Chuan		Rückenschule			Dart					
20:00 - 20:30						Dart	Fitness				
						Dart	Hatha Yoga				
20:30 - 21:00						Dart	Fitness				
						Dart	Hatha Yoga				
21:00 - 21:30						Dart					
						Dart					
21:30 - 22:00						Dart					
						Dart					