



Wochenprogramm 2024

	17:30 - 18:30 Uhr	Tischtennis	
Montag :	18:05 - 18:50 Uhr	Wassergymnastik (kleines Becken)	
	19:05 - 19:50 Uhr	Wassergymnastik (kleines Becken)	
Dienstag:	20:05 - 20:50 Uhr	Wassergymnastik (kleines Becken)	
	19:05 - 19:30 Uhr	Wassergymnastik (großes Becken)	
	19:05 - 19:50 Uhr	Schwimmen (großes Becken)	
Mittwoch:	16:30 - 17:30 Uhr	Sitzgymnastik	
	17:40 - 19:00 Uhr	Bewegungssport	
	19:00 - 20:00 Uhr	med. Qi Gong / Rückenschule (auch Matte)	<i>wöchentlich im Wechsel</i>
Donnerstag:	17:30 - 19:30 Uhr	Kegeln	
Freitag:	17:30 - 18:30 Uhr	Trommeln / Tanzgruppe Cats	
Sonnabend:	10:00 - 12:00 Uhr	Wandern / Fahrradfahren	

(Änderungen vorbehalten – Stand: 06.01.2024)