

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8 ⁰⁰ - 8 ³⁰ Uhr		Funktionelle Gymnastik		Externe Belegung	
8 ³⁰ - 9 ⁰⁰ Uhr					
9 ⁰⁰ - 9 ³⁰ Uhr					
9 ³⁰ - 10 ⁰⁰ Uhr					
10 ⁰⁰ - 11 ⁰⁰ Uhr				Verbands- gemeinde	Stuhlgymnastik
11 ⁰⁰ - 12 ⁰⁰ Uhr					
12 ⁰⁰ - 13 ⁰⁰ Uhr					
13 ⁰⁰ - 14 ⁰⁰ Uhr					
14 ⁰⁰ - 14 ³⁰ Uhr				Mutter, Vater Kind Turnen	
14 ³⁰ - 15 ⁰⁰ Uhr	Kinderturnen				
15 ⁰⁰ - 15 ³⁰ Uhr		Externe Belegung			
15 ³⁰ - 16 ⁰⁰ Uhr					
16 ⁰⁰ - 16 ³⁰ Uhr		Kreismusik- schule		Kindertanzen	
16 ³⁰ - 17 ⁰⁰ Uhr			Gymnastik		
17 ⁰⁰ - 17 ³⁰ Uhr					*2
17 ³⁰ - 18 ⁰⁰ Uhr					
18 ⁰⁰ - 18 ³⁰ Uhr			Fitnessstraining	*1	
18 ³⁰ - 18 ⁴⁵ Uhr		Geführte	Ganzkörper-		
18 ⁴⁵ - 19 ⁰⁰ Uhr		Meditation	training		
19 ⁰⁰ - 19 ³⁰ Uhr	Tischtennis		Fitnessstraining	Tischtennis	
19 ³⁰ - 20 ⁰⁰ Uhr		Yoga	„Rückenfit“		
20 ⁰⁰ - 20 ³⁰ Uhr			Carribean Dance		
20 ³⁰ - 20 ⁴⁵ Uhr					
20 ⁴⁵ - 21 ⁰⁰ Uhr					
21 ⁰⁰ - 22 ⁰⁰ Uhr					

***1** Der Fahrradtreff startet Donnerstags ab 18⁰⁰ Uhr am Dorfgemeinschaftshaus ***2** Volleyball findet Freitags ab 17⁰⁰ Uhr in Nörtershausen/ Sportplatz statt