

# Hallenbelegung

# Fitnesshalle

# ab 04. Juli 2011

Uhrzeiten	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Uhrzeiten
08:30 - 08:45				08:30 - 10:00 h		08:30 - 08:45
08:45 - 09:00				Yoga		08:45 - 09:00
09:00 - 09:15			9:00 - 10:00 h	Daniela Geiss		09:00 - 09:15
09:15 - 09:30			Seniorenport I		9:30 - 11:00 h ( in Planung )	09:15 - 09:30
09:30 - 09:45		9:30 - 10:30 h ( ab 09.08.2011 )	Elfie Schwarz		Rücken Aktiv	09:30 - 09:45
09:45 - 10:00		Wirbelsäulengymnastik	10:00 - 11:00 h		Johannes Kuchlbauer	09:45 - 10:00
10:00 - 10:15		Gitta Deuster	Seniorenport II	10:15 - 11:45 h		10:00 - 10:15
10:15 - 10:30			Elfie Schwarz	Yoga		10:15 - 10:30
10:30 - 10:45				Daniela Geiss		10:30 - 10:45
10:45 - 11:00					11:00 - 12:30 h ( in Planung )	10:45 - 11:00
11:00 - 11:15	11:00 - 12:00 h				Yoga	11:00 - 11:15
11:15 - 11:30	Problemzonentraining				Anna Feldmann	11:15 - 11:30
11:30 - 11:45	Elfie Schwarz					11:30 - 11:45
11:45 - 12:00						11:45 - 12:00
12:00 - 12:15						12:00 - 12:15
12:15 - 12:30						12:15 - 12:30
15:15 - 15:30	15:00 - 16:00 h		15:00 - 16:00 h		15:00 - 16:30 h	15:15 - 15:30
15:30 - 15:45	Judo ( 6 -10 Jahre)		Judo ( 6 -10 Jahre)		Capoeira	15:30 - 15:45
15:45 - 16:00	Maria Hunz		Maria Hunz		Matthias Tritsch	15:45 - 16:00
16:00 - 16:15	16:00 - 17:00 h		16:00 - 17:00 h	16:00 - 18:00 h		16:00 - 16:15
16:15 - 16:30	Judo (ab 7 Jahre)	16:00 - 18:00 h	Judo (ab 7 Jahre)	Karate für Kinder / Jugendliche		16:15 - 16:30
16:30 - 16:45	Maria Hunz	Karate für Kinder / Jugendliche	Maria Hunz			16:30 - 16:45
16:45 - 17:00	17:00 - 18:00 h		17:00 - 18:30 h ( ab Sept. 2011 )	Manuchehr	17:00 - 18:00 h	16:45 - 17:00
17:00 - 17:15	Muay Thai ( für Kinder )	Manuchehr	Pilates		Muay Thai ( für Kinder )	17:00 - 17:15
17:15 - 17:30	Reza Djabbarpoor		Sparkasse Trier / Nicole Kraiker	18:00 - 19:15 h	Reza Djabbarpoor	17:15 - 17:30
17:30 - 17:45				TaiJi		17:30 - 17:45
17:45 - 18:00	18:00 - 19:30 h	18:00 - 19:30 h	18:30 - 19:45 h	Irina Gradinari	18:00 - 20:00 h	17:45 - 18:00
18:00 - 18:15	Muay Thai ( für Erwachsene )	Rückenschule	Sport + Fitness ab 40		Muay Thai ( für Erwachsene )	18:00 - 18:15
18:15 - 18:30		A O K / M. Sihr	Elfie Schwarz	19:15 - 20:15 h	Reza Djabbarpoor	18:15 - 18:30
18:30 - 18:45	Reza Djabbarpoor		19:45 - 21:00 h	Bauch, Beine, Po		18:30 - 18:45
18:45 - 19:00			Muay Thai Kick Boxing	Brigitte Kugel		18:45 - 19:00
19:00 - 19:15			Reza Djabbarpoor			19:00 - 19:15
19:15 - 19:30	19:30 - 21:00 h	19:30 - 21:00 h		20:45 - 22:00 h	20:30 - 21:30 h	19:15 - 19:30
19:30 - 19:45	Capoeira	Aikido		Aikido	Salsa für Anfänger	19:30 - 19:45
19:45 - 20:00	Matthias Tritsch	Karl-Heinz Pohl		Karl-Heinz Pohl	Manuchehr	19:45 - 20:00
20:00 - 20:15					21:30 - 22:30 h	20:00 - 20:15
20:15 - 20:30					Salsa für Fortgeschrittene	20:15 - 20:30
20:30 - 20:45					Manuchehr	20:30 - 20:45
20:45 - 21:00						20:45 - 21:00
21:00 - 21:15	21:00 - 22:30 h	21:00 - 22:00 h				21:00 - 21:15
21:15 - 21:30	Judo	Fight Aerobic	21:15 - 22:15 h			21:15 - 21:30
21:30 - 21:45	Anke Müller	Vera Orth	Karate			21:30 - 21:45
21:45 - 22:00			Manuchehr			21:45 - 22:00
22:00 - 22:15						22:00 - 22:15
22:15 - 22:30						22:15 - 22:30
22:30 - 22:45						22:30 - 22:45
22:45 - 23:00						22:45 - 23:00

FSV - Kurse

Vermietungen

Uni-Kurse ( auch mit FSV-Kurskarte )

weitere Infos in der Geschäftsstelle des FSV , Tel: (0651) / 1 51 76