

Hallenbelegungsplan der IGS - Querum Winter 2019/2020

gültig ab

Herbst 2019

bis

Ostern 2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
14.00-15.00						Pilates
						9:30-11:00
15.00-16.00		15:30-16:30 Mutter-Vater-Kind-Turnen				(Heidi Nicolai)
		(Beate Schnepel)				11:00 – 12:00
16.00-17.00	Kinderturnen (6-9)	16:30-17:30 Mutter-Vater-Kind-Turnen	Kinderturnen (3-4)	Fußball Jugend		Zumba
	(Josia Walser)	(Beate Schnepel)	(Beate Schnepel)	(Hauke Thesing)		(Joy Wagner)
17.00-18.00	Kinderturnen (9-14)		Kinderturnen (5-6)	Discodance	Tischtennis (Jugend)	
	(Josia Walser)		(Beate Schnepel)	(Janine Kitzinski)	(Eva Maria Christ)	Sonntag
18.00-19.00	Basketball		Zumba	Faszien	Tischtennis (Jugend)	Badminton
	(Joshua Grabietz)		(Janine Kitzinski)	(Ulrike Wenk)	(Eva Maria Christ)	Jugend 16–17:00
19.00-20.00	Zumba	Badminton	Wirbelsäulengymnastik	Yoga		Erwachsene 17-20:30
	(Joy Wagner)	(NN)	(Ulrike Wenk)	(Sabine Schwendenmann)		
20.00-21.00	Funktionsgymnastik	Badminton	Gymnastik	20:15 – 21:45 Tanz	Ballsportarten	
	(Joy Wagner)	NN	(Nicole Engelken)	(Jens Deckner)	Erwachsene	
21.00-21.30	Muskelentspannung	Badminton			Ballsportarten	
	(Joy Wagner)	NN	(-----)		(-----)	