

Hallenbelegungsplan der IGS - Querum Sommer 2020

gültig ab

27.08.2020

bis

23.10.2020

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
14.00-15.00						
15.00-16.00		15:30-16:30 Mutter-Vater-Kind-Turnen				
		(Beate Schnepel)				11:00 – 12:00
16.00-17.00	Kinderturnen (6-9)	16:30-17:30 Mutter-Vater-Kind-Turnen	Kinderturnen (3-4)			Zumba
	Josia Walser)	(Beate Schnepel)	(Beate Schnepel)			(Joy Wagner)
17.00-18.00			Kinderturnen (5-6)	Discodance	Tischtennis (Jugend)	
			(Beate Schnepel)	(Anna Kortz)	(Eva Maria Christ)	Sonntag
18.00-19.00	Basketball	Pilates 18:00-19:30	Zumba	Yoga	Tischtennis (Jugend)	Badminton
	(Joshua Grabietz)	Heidi Nicolai	(Özgül Dogan)	(Sabine Schwendenmann)	(Eva Maria Christ)	Jugend 16–17:00
19.00-20.00	Zumba	Badminton ab 19:30	Wirbelsäulengymnastik	Faszien		Erwachsene 17-20:30
	(Joy Wagner)	(NN)	(Ulrike Wenk)	(Ulrike Wenk)		
20.00-21.00	Funktionsgymnastik	Badminton	Bauch-Beine -Po-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	(-----)	Faszien	(-----)	