

Hallenbelegungsplan für: Realschule Gymnastikraum

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
8.30 – 9.00							
9.00 – 9.30							
9.30 – 10.00	S	S	S	S	S		
10.00 – 10.30	C	C	C	C	C		
10.30 – 11.00	H	H	H	H	H		
11.00 – 11.30	U	U	U	U	U		
11.30 – 12.00	L	L	L	L	L		
12.00 – 12.30	E	E	E	E	E		
12.30 – 13.00	N	N	N	N	N		
13.00 – 13.30							
13.30 – 14.00	bis 14.00	bis 14.00	bis 14.00	bis 14.00	bis 14.00		
14.00 – 14.30		MTV Tostedt					
14.30 – 15.00		Turnen			MTV Tostedt		
15.00 – 15.30	DRK/Seniorengym	14.30-17.30		MTV Tostedt	Herzsport		
15.30 – 16.00	15.00-16.00			Jazz-Dance	14.30-16.30		
16.00 – 16.30	MTV Tostedt		MTV Tostedt		MTV Tostedt		
16.30 – 17.00	Turnen	MTV Tostedt	Turnen		Turnen		
17.00 – 17.30	16.00-18.00	Zumba	16.00 - 17.30		16.30 - 17.30		
17.30 – 18.00		17.30-18.30	MTV Tostedt		MTV Tostedt		
18.00 – 18.30	VHS		Pilates		Fit und fit f. Senioren		
18.30 – 19.00	18.00-19.00	MTV Tostedt	17.30-18.30		17.30 - 18.30		
19.00 – 19.30	MTV Tostedt	Modern Dance	MTV Tostedt		MTV Tostedt		
19.30 – 20.00	Fitness	18.30-19.30	Rücken	15.00-20.00	Rücken-		
20.00 – 20.30		MTV Tostedt	Gymnastik	MTV Tostedt	Gymnastik		
20.30 – 21.00		Qi-Gong		Körpertraining			
21.00 – 21.30							
21.30 – 22.00	19.00-22.00	20.00-22.00	18.30-21.30	20.00-22.00	18:30 - 20.30		