

	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag				Freitag		Samstag	Sonntag
Zeit	Halle 1	Halle 2	Aussen	Halle 1	Halle 2	Aussen	Halle 1	Halle 2	Aussen	Halle 1	Halle 2	Aussen	Clubraum	Halle 1	Halle 2	Halle 1/2	Halle 1
08:00							08:00-09:00 REHA-Sport							Bis 10:00 Uhr Kein Sportbetrieb Reinigung			(Kursprogr.)
08:30																	
09:00		9.00-10.00 In Balance	09.00-10.00 Walking							09.00-10.00 Wirbelsäulengymnastik						Halle 2:	
09:30		bleiben I										10.00-11.00 Walking					
10:00		10.15-11.15 In Balance II												10.00-11.30 Mann Aktiv +		Ballschule	
10:30																10:00-12:00	11:00-12:30 Tanzkurs
11:00																	
11:30																	
12:00																	
12:30																Halle 1	
13:00																	
13:30																	
14:00				14.00-15.30 Ges. Tänze													
15:00								15:20-16:00 Ki-Turnen Gr. I						15.00-16.00 Karate	15:30-17:00	15:00-16:00 (Kursprogramm)	
15:30																	
15:45		15.30-16.30								14:45 - 17:45							
16:00	16:00 - 17:30	Mutig & Stark					16.15-17.15 Karate Anfänger	16:10-16:50 Ki-Turnen Gr. II						16.00-17.15 Karate bis 14 J.	Kick-Boxen		
16:15																	
16:30	Tennis	4 - 6 Jahre		16.30-17.30 Karate bis 14 J.						Tennis							
16:45	Kinder	16.30-17.30								Kinder	16.00-16.40 Eltern-Kind Turnen Gr. 1 bis ca. 3 J.				Kinder ab 7 J.		
17:00		Mutig & Stark					17.15-19.00 Karate	17:00-18:00 Ki-Turnen A + B						17.15-19.00 Tischtennis Jugend *	17:15-19:15 alle 14 Tage (ungerade KW) Feuerwehr Rothemühle/ Walle		
17:15		7 - 10 J.		17.30-19.00 Karate ab 14 J.				Fortgeschr.			17.45-19.15 Karate	16:50-17:30 Eltern-Kind Turnen Gr. 2 bis ca. 3 J.					
17:30	17.30-19.00																
17:45	Tischtennis	18.00-18.45															
18:00	Jugend *	TaiChi						18.15-19.30 Basketball									
18:15																	
18:30																	
18:45																	
19:00				19.00-20.00 Herren- gymnasik	19:00-20.00 Body- Styling									19.00-22.00 Tischtennis Punkt- spiel- betrieb	19:30-21:00 Kick- Boxen Erwachsene ab August 2025		
19:15		19:30-21:00						8 -12 Jahre									
19:30	19.30-22.00						19.30-20.30 Fitness- Mix										
19:45	Tischtennis	Kick-Boxen															
20:00	Erw.	Erwachsene						20.00-22.00 Volley- ball		20:00-21.00 Body- Power& BBP spezial							
20:15	mit				20:00-21:00 Indoor- cycling (nach Absprache)												
20:30	Taktik- raining																
20:45																	
21:00																	
22:00																	
Sozial- raum	Jeden 2. Montag im Monat Vorstands-Sitzung Tennis						17.00 - 18.00 Geschäftsstunde außer in den Ferien			Einmal im Monat ab 19:00/19:30 MTV-Vorstandssitzung							