

| Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag |
|--|--|--|--|---------|
| <p>12:30-13:15 Uhr Faszientraining TuS-Kita Wirbelwind (Marcel Karow)</p> | <p>18:00-18:45 Uhr Ausgleichsgymnastik Theodor-Heuss-Schule (Christina Wilke)</p> | <p>9:00-9:45 Uhr Mollig und Fit Grundschule Uentrop (Helga Patzer)</p> | <p>19:00-20:00 Uhr Pilates Classic Theodor-Heuss-Schule (Elke Hoffenbach)</p> | |
| <p>19:00-19:45 Uhr Pilates Theodor-Heuss-Schule (Marga Ronowski-Weitkamp)</p> | <p>18:00-18:45 Uhr Bodyfit/BOP Karlschule (Elisabeth Ponichtera)</p> | <p>19:00-20:00 Uhr Zamba Fit TuS-Kita Wirbelwind (Egle Cerniauskaite)</p> | <p>19:45-21:15 Konditions-&Krafttraining Märkisches Gymnasium (Peter Bransch)</p> | |
| <p>19:00-19:45 Uhr Zamba Fit TuS-Kita Wirbelwind (Egle Cerniauskaite)</p> | <p>18:30-19:30 Uhr Step Aerobic/BOP TuS-Kita Wirbelwind (Melanie Hartmann)</p> | <p>19:25-20:10 Uhr Bodyfit Theodor-Heuss-Schule (Marga Ronowski-Weitkamp)</p> | <p>20:00-21:00 Uhr Boxing-Workout TuS-Kita Wirbelwind (Andreas Eul)</p> | |
| <p>19:00-20:30 Uhr Bodyfit BOP Karlschule (Elisabeth Ponichtera)</p> | <p>19:30-20:30 Uhr Fit-Mix TuS-Kita Wirbelwind (Melanie Hartmann)</p> | <p>20:00-21:00 Functional Training TuS-Kita Wirbelwind (Fabian Henkel)</p> | | |
| <p>19:45-20:30 Uhr Pilates Theodor-Heuss-Schule (Marga Ronowski-Weitkamp)</p> | <p>20:00-21:15 Uhr Gesund&Fit Theodor-Heuss-Schule (Christina Krischer)</p> | <p>20:15-21:00 Uhr Pilates Theodor-Heuss-Schule (Marga Ronowski-Weitkamp)</p> | | |
| <p>20:00-21:30 Konditions-&Fitnessstraining Gymnasium Hammonense (Mohammed Jebbara)</p> | <p>20:00-21:30 Uhr Gesund&Fit Gymnasium Hammonense (Thea Kienitz)</p> | | | |