



Wochenplan Sportangebot TuS Holle-Grasdorf

gültig ab Montag, den 28. September 2020,
in der Mohldberghalle und der Halle3 (Dojo)



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Zeit
09:00		Fitness Seniorengymnastik				09:00
10:00	Fitness Pilates 1			Fitness Rückenfit 2		10:00
11:00	Fitness Drums Alive					11:00
14:00					Turnen Nachwuchs	14:00
15:00	Tanzen Schmetterlinge		Fitness Rückenfit 1			15:00
16:00						16:00
17:00		Rot-Weiß Wohldenberg Mohldberghalle		Rehasport Gruppe 1		17:00
18:00	Rot-Weiß Wohldenberg Mohldberghalle		Tanzen Fireflies	Ju-Jutsu Kinder/ Jugendliche Halle3 / Dojo	Rehasport Gruppe 2	Fitness 4XF Functional
19:00		Ju-Jutsu Jugendliche/ Erwachsene Halle3 / Dojo	Tanzen Sunnies	Ju-Jutsu Jugendliche/ Erwachsene Halle3 / Dojo	Basketball	Volleyball VSG 2. Herren
20:00	Badminton	Handball 1. Herren	Fitness Power-Fitness	Handball 1. Herren	Volleyball Hobbys	20:00
21:00			Volleyball VSG 1. Herren			
22:00						22:00