

Belegungsplan 19A – Gemeinschaftshaus gültig ab 04.09.2017

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag			
08.00									
08.30									
09.00	09.00-10.00 Funktionstraining Silvana Teràn-Bellak	09.00-11.00 Chi-Gong Silke Stangner			09.00-10.00 Yoga Antje Falz				
09.30									
10.00						10.00-11.30 Chinesische Gesundheitsgymnastik Antje Falz			
10.30									
11.00									
11.30									
12.00									
12.30									
13.00									
13.30		13.30-15.00 RS Himmelsthür Judo (Schulangebot)			13.30-15.00 Josephinum Selbstverteidigung (Schulangebot)	14.00-18.00 Tricking (Fortgeschrittene) Florian Gems			
14.00									
14.30									
15.00	15.00-17.00 Judo Eintracht	15.00-16.00 Judo (Anfänger) Dimitri Wilhelm	15.00-16.00 Judo/Karate Eintracht		15.30-16.30 KISA Maxi B. /Finn J.				
15.30				16.00-17.00 Judo Dimitri Wilhelm					
16.00			16.00-17.30 Tricking (Anfänger) Schirin Hoth						
16.30		16.00-18.00 Judo (Fortgeschrittene) Dimitri Wilhelm	17.30-21.00 Tricking (Fortgeschrittene) Schirin Hoth	Krav Maga (externer Anbieter)	17.00-20.00 Showgruppe/ Gerätturnen Merle Schröder				
17.00	17.00-20.00 Gerätturnen Matthias Zappe	18.00-19.30 Karate (Kinder und Jugendliche) Eintracht							
17.30									
18.00					19.30-21.30 Karate (Ü 30) Eintracht				
18.30									
19.00	20.00-21.30 Tricking (Fortgeschrittene) Maxi Binder / Florian Gems				20.00-21.00 Judo Erwachsene Rainer Lüken / Dimitri Wilhelm				
19.30									
20.00									
20.30									
21.00									
21.30									

Leitung: Florian Gems, An den Sportplätzen 10, [florian.gems@eihi.de](mailto:florian.gems@eihi.de)  
 Maximilian Binder, An den Sportplätzen 10, [maximilian.binder@eihi.de](mailto:maximilian.binder@eihi.de)