

MTV Salzhausen - Aktuelles Angebot

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH
Rückenfitness	Rückenfitness	Fit im Alltag
8:30 - 9:30 Uhr Sport Huus / Online Irene Beitzen	8:30 - 10:15 Uhr Sport Huus Marion Giese	9:30 - 10:30 Uhr Sport Huus Elisabeth Kanefendt
Tai Chi	Wohl gut für dich	Kinderturnen (ab 3 Jahre)
10:00 - 11:30 Uhr Sport Huus Michael Nakat	9:30 - 10:30 Uhr Sport Huus Elisabeth Kanefendt	14:30 - 15:15 Uhr Paaschberghalle Jessica Kruschke
Rückenfitness	Rehasport für Kinder	Eltern-Kind-Turnen
14:00 - 15:00 Uhr Sport Huus Irene Beitzen	14:30 - 16:45 Uhr Paaschberghalle Regine Köster	15:30 - 16:30 Uhr Paaschberghalle Jessica Kruschke
Kinderyoga	Fit für Zwei	Geräteturnen
16:00 - 16:45 Uhr Sport Huus Anna Kühl	15:00 - 16:00 Uhr Sport Huus draußen Katrin Löwe	15:30 - 20:00 Uhr Kreuzweghalle Sabine Wendel
Kinderyoga	Basketball für Kinder	Vorschulkinder-Turnen
17:00 - 17:45 Uhr Sport Huus Anna Kühl	15:30 - 18:30 Uhr Kreuzweghalle Mauricio Pohl	16:45 - 17:30 Uhr Paaschberghalle Jessica Kruschke
Stepcats	Volleyball	Outdoor Hatha Yoga
17:00 - 17:50 Uhr Sport Huus Michaela Michaelis	18:00 - 20:00 Uhr Kreuzweghalle Anja Goerner	17:00 - 18:00 Uhr Sport Huus draußen Bettina Dede
Badminton	Geräteturnen	Powerfitness
17:00 - 22:00 Uhr Kreuzweghalle Regina von Witte, Dirk Edelmann	18:00 - 20:00 Uhr Kreuzweghalle Sabine Wendel	17:00 - 17:45 Uhr Sport Huus Marion Giese
Feldenkrais	Kung Fu (Kinder und Jugendliche)	Gesundheitssport
18:00 - 18:45 Uhr Sport Huus Christel Aepler	18:00 - 21:00 Uhr Sport Huus Michael Nakat	18:00 - 19:00 Uhr Sport Huus Marion Giese
Pilates	Fitness für Jeder-Mann	Kung Fu
19:00 - 19:45 Uhr Sport Huus Christel Aepler	18:30 - 20:00 Uhr Kreuzweghalle Deti Kanefendt	18:00 - 20:15 Uhr Sport Huus Michael Nakat
Tischtennis	Funktionstraining	Rehasport Herz
19:30 - 22:00 Uhr Kreuzweghalle Regine Evers-Behrend	18:45 - 19:45 Uhr Sport Huus Morten Nickelsen	19:00 - 20:00 Uhr Paaschberghalle Regine Köster
Pilates	Fitness für Männer ab 50	Powerfit for Everyone
20:15 - 21:00 Uhr Online Christel Aepler	20:00 - 22:00 Uhr Paaschberghalle Gerald Ohm	19:00 - 20:00 Uhr Kreuzweghalle Deti Kanefendt
		Yoga
		19:10 - 20:10 Uhr Sport Huus Irene Beitzen
		Basketball
		20:00 - 22:00 Uhr Kreuzweghalle Marvin Arndt
		Tai Chi
		20:15 - 21:30 Uhr Sport Huus Michael Nakat
		Yoga
		20:20 - 21:20 Uhr Sport Huus Irene Beitzen

DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
Rundherum fit	Qi Gong	Wirbelsäulengymnastik
9:00 - 10:00 Uhr Sport Huus Vui Trieu	9:30 - 11:00 Uhr Sport Huus Bettina Krys	9:00 - 9:45 Uhr Sport Huus Christel Aepler
Pilates	Hauptsache fit 70+	Lungensport
10:15 - 11:00 Uhr Sport Huus Christel Aepler	11:15 - 12:15 Uhr Sport Huus Vui Trieu	10:00 - 11:00 Uhr Sport Huus Christel Aepler
Lungensport	Kindertanzen	Kung Fu
11:15 - 12:15 Uhr Sport Huus Christel Aepler	15:00 - 17:40 Uhr Sport Huus Michaela Michaelis	11:15 - 13:00 Uhr Sport Huus Michael Nakat
Sanfter Yoga	Gerätturnen	
14:30 - 16:00 Uhr Sport Huus Irene Beitzen	15:00 - 18:00 Uhr Kreuzweghalle Sabine Wendel	
Basketball	Badminton	
15:30 - 17:15 Uhr Kreuzweghalle Mauricio Pohl	16:00 - 19:00 Uhr Kreuzweghalle Dirk Edelmann	
Abenteuerspaß (1. - 4. Klasse)	Rehasport Ortho	
15:45 - 17:45 Uhr Paaschberghalle Nele Rieckmann	17:20 - 18:15 Uhr Sport Huus Mirja Hansen	
Leichtathletik für Kinder	Stepcats	
17:00 - 19:00 Uhr Sportplatz Kreuzweg Benjamin Loll	17:45 - 18:40 Uhr Sport Huus Michaela Michaelis	
Badminton	Rehasport Ortho	
17:00 - 19:00 Uhr Kreuzweghalle Dirk Edelmann	18:30 - 19:15 Uhr Sport Huus Mirja Hansen	
Funktionstraining Beckenboden	Basketball	
17:45 - 18:45 Uhr Dorfhalle Garlstorf Irene Beitzen	20:00 - 22:00 Uhr Kreuzweghalle Marvin Arndt	
Qi Gong		
18:45 - 20:15 Uhr Sport Huus Bettina Krys		
Allround-Gymnastik für Männer		
19:00 - 20:30 Uhr Paaschberghalle Gerald Ohm		
Power Workout		
19:00 - 20:00 Uhr Kreuzweghalle Katrin Löwe		
Schach		
19:00 - 21:00 Uhr Sport Huus Jan Priebisch		