

Uhrzeit **Angebot** **Ort** **Angebot/Preis**
M = Mitglieder / NM = Nichtmitglieder

MONTAG

19.00 – 20.00	Fitness für jedes Alter	Salierhalle	M: kostenlos
18.30 – 19.30	Rumpf-Zirkel	Ballspielhalle	M: 35€; NM: 55€
19.00 – 20.00	Gesundheitsgymnastik für Ältere	Ballspielhalle	M: kostenlos
18.00 – 19.00 18.00 – 19.00	Jedermann Volleyball (Sommer) (Winter)	Salierhalle	M: kostenlos
20.00 – 21.00	Frauengymnastik	Salierhalle	M: kostenlos
20.00 – 21.00	BodyCross	Salierhalle	M: 28€

DIENSTAG

7.30 – 8.30	Early Birds	Ballspielhalle	M: 35€; NM: 55€
8.00 – 8.50	Pilates	Ballspielhalle	M: 30€; NM: 45€
8.30 – 9.30	Walkinggruppe	Parkplatz Salierhalle	M: kostenlos
8.30 – 9.30	Mobil + Fit Herren	Ballspielhalle	M: 35€; NM: 55€
9.00 – 9.50	Pilates	Ballspielhalle	M: 30€; NM: 45€
9.30 – 11.00	Internationale Tänze	Ballspielhalle	M: 35€; NM: 60€
17.00 – 18.00	Call-Fit	Salierhalle	M: 28€; NM: 60€
18.00 – 19.00	Fitness-Mix	Salierhalle	M: 28€; NM: 60€
19.00 – 20.00	Pilates	Salierhalle	M: 28€; NM: 60€
19.00 – 20.00	Sportabzeichen Breitensport	Salierhalle	M: kostenlos

*Winter: Herbstferien bis Osterferien
Sommer: Osterferien bis Herbstferien
Stand: Oktober 2020*

Uhrzeit **Angebot** **Ort** **Angebot/Preis**
M = Mitglieder / NM = Nichtmitglieder

MITTWOCH

9.00 – 10.00	Gesundheitsgymnastik für Ältere in Kooper. VHS	Ballspielhalle	M: 0€; VHS: 3€
10.15 – 11.15	Gesundheitsgymnastik für Ältere in Kooper. VHS	Ballspielhalle	M: 0€; VHS: 3€
18.00 – 19.00	BodyCross	Salierhalle	M: 28€
19.00 – 20.00	BodyCross	Salierhalle	M: 28€
19.00 – 20.00	Wirbelsäulengymnastik	Salierhalle	M: 28€; NM: 60€
19.30 – 21.30	Fußball AH Ü30	Kunstrasen	M: kostenlos
20.00 – 21.00	Fit & Fun	Salierhalle	M: kostenlos
20.10 – 21.10	Pilates und Fazientraining	Salierhalle	M: 28€; NM: 60€
20.00 – 22.30	Tischtennis	Ballspielhalle	M: kostenlos
20.00 – 22.00	Badminton	Ballspielhalle	M: kostenlos

DONNERSTAG

8.30 – 9.30	Walkinggruppe	Parkpl. Salierhalle	M: kostenlos
19.30 – 21.30	Fußball AH Ü60	Kunstrasen	M: kostenlos

FREITAG

8.00 – 9.00	BodyCross-Outdoor	Salierhalle	M: 4€; NM: 4€
18.00 – 20.00	Tischtennis	Ballspielhalle	M: kostenlos
19.30 – 21.30	Fußball AH Ü60	Kunstrasen	M: kostenlos
20.00 – 22.00	Volleyball	Salierhalle	M: kostenlos