

## Erwachsenensport SGN Sommer

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
9:00 Uhr				9:00 - 10:30 Uhr <b>Nordic Walking</b> Ab Seelenbachparkplatz	
17:00 Uhr		17:00 - 18:30 Uhr <b>Seniorentanz</b>			
18:00 Uhr	18:30 - 20:30 Uhr <b>Aktiv u. Fit</b>	18:00 - 19:30 Uhr <b>Lauf-ABC</b> Stadion mit Intervallen	18:30 - 20:00 Uhr <b>Tischtennis</b>	18:00 - 20:00 Uhr <b>Radausfahrt</b>	
18:45 Uhr		18:45 - 20:00 Uhr <b>Spaß-Fußball</b>	18:30 - 20:00 Uhr <b>Seniorengymnastik</b>	18:15 - 19:15 Uhr <b>Behindertensport</b> (Turnhalle Leupolz)	
19:00 Uhr		19:00 - 20:30 Uhr <b>Nordic Walking</b>		19:30 - 20:30 Uhr <b>Gesundheitssport/</b> Kursprogramm	19:00 - 20:30 Uhr <b>Nordic Walking</b>
20:00 Uhr	20:30 - 22:00 Uhr <b>Volleyball</b>	20:00 - 21:30 Uhr <b>Stepaerobic</b>	20:00 - 21:30 Uhr <b>Mittwochsfrauen</b>	20:30 - 22:00 Uhr <b>Donnerstagsturner</b>	20:00 - 21:30 Uhr <b>Freitagsturner</b>
20:15 Uhr			20:15 - 21:30 Uhr <b>Schwimmen Erw.</b> Freibad		20:15 - 21:30 Uhr <b>Schwimmen Erw.</b> Freibad