



Sommerferienprogramm 2026



Gymnastik

Rückenfit mit Jessica

Mi 29.07.26, 18:30 – 19:30 Uhr, Gymnastikraum 1 – Ludwig-Jahn-Halle

Mi 05.08.26, 18:30 – 19:30 Uhr, Gymnastikraum 1 – Ludwig-Jahn-Halle

Mi 12.08.26, 18:30 – 19:30 Uhr, Gymnastikraum 1 – Ludwig-Jahn-Halle

Fit in die Woche mit Jessica

Mo 27.07.26, 09:00 – 10:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle (ab 20 J.)

Mo 27.07.26, 10:00 – 11:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle (ab 60 J.)

Mo 03.08.26, 09:00 – 10:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle (ab 20 J.)

Mo 03.08.26, 10:00 – 11:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle (ab 60 J.)

Mo 10.08.26, 09:00 – 10:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle (ab 20 J.)

Mo 10.08.26, 10:00 – 11:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle (ab 60 J.)

Aerobic + more mit Jessica

Mi 29.07.26, 10:00 – 11:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Mi 05.08.26, 10:00 – 11:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Mi 12.08.26, 10:00 – 11:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Fit forever + more mit Jessica

Mi 29.07.26, 09:00 – 10:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Mi 05.08.26, 09:00 – 10:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Mi 12.08.26, 09:00 – 10:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Fit & Wohl mit Dinara

Do 23.07.26, 10:00 – 11:00 Uhr, Vereinsheim Riesebusch, Sonnenweg

Do 30.07.26, 10:00 – 11:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Do 06.08.26, 10:00 – 11:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Do 13.08.26, 10:00 – 11:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Sitzgymnastik mit Dinara

Do 23.07.26, 11:00 – 12:00 Uhr, Vereinsheim Riesebusch, Sonnenweg

Do 30.07.26, 11:00 – 12:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Do 06.08.26, 11:00 – 12:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Do 13.08.26, 11:00 – 12:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle



Sommerferienprogramm 2026



Gymnastik

Complete Body Workout mit Ann-Christin

Di 07.07.26, 20:00 – 21:00 Uhr, Sportplatz Mozartstraße
Do 09.07.26, 20:00 – 21:00 Uhr, Sportplatz Mozartstraße
Di 14.07.26, 20:00 – 21:00 Uhr, Sportplatz Mozartstraße
Do 16.07.26, 20:00 – 21:00 Uhr, Sportplatz Mozartstraße
Di 28.07.26, 20:00 – 21:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Do 30.07.26, 20:00 – 21:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Di 04.08.26, 20:00 – 21:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Do 06.08.26, 20:00 – 21:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Di 11.08.26, 20:00 – 21:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Do 13.08.26, 20:00 – 21:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Pilates mit Ann-Christin

Do 09.07.26, 19:00 – 20:00 Uhr, Sportplatz Mozartstraße
Do 16.07.26, 19:00 – 20:00 Uhr, Sportplatz Mozartstraße
Do 30.07.26, 19:00 – 20:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Do 06.08.26, 19:00 – 20:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Do 13.08.26, 19:00 – 20:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Sitzgymnastik mit Angelika

Mi 15.07.26, 11:00 – 12:30 Uhr, Vereinsheim Riesebusch, Sonnenweg
Mi 29.07.26, 11:00 – 12:30 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Mi 05.08.26, 11:00 – 12:30 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Mi 12.08.26, 11:00 – 12:30 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Step-Aerobic mit Angelika

Mi 29.07.26, 18:30 – 19:30 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Mo 03.08.26, 20:00 – 21:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Mi 05.08.26, 18:30 – 19:30 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Mo 10.08.26, 20:00 – 21:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Mi 12.08.26, 18:30 – 19:30 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle

Fitness Mix mit Angelika

Mo 03.08.26, 19:00 – 20:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle
Mo 10.08.26, 19:00 – 20:00 Uhr, Gymnastikraum 2/3 – Ludwig-Jahn-Halle