

Abteilung	Bezeichnung/ Altersgruppe	Übungsleiter	Tag	Zeit	Sportstätte/ Treffpunkt
Turnen/ Freizeit	Fitness & Workout für Mann und Frau	Norman von der Hövel	Montag	19:30 - 21:00	Sporthalle
Turnen/ Freizeit	Volleyball m./w.	Dominik Bette	Montag	20:00-22:00	Franz-Josef Koch Schule, Arnsberg
Turnen/ Freizeit	Fit und aktiv im Alter	Bärbel Schröder	Dienstag	09:15-10:15	OaSE 1
Turnen/ Freizeit	Fit nach Feierabend	Claudia Adam	Dienstag	18:15-19:15	Gymnastikraum
Turnen/ Freizeit	Fitness Frauen	Birgit Schulz	Mittwoch	18:00-19:00	Sporthalle
Turnen/ Freizeit	Fitness Frauen	Birgit Schulz	Mittwoch	19:00-20:00	Sporthalle
Turnen/ Freizeit	Volleyball m./w.	Dominik Bette	Mittwoch	20:00-22:00	Franz-Josef Koch Schule, Arnsberg
Turnen/ Freizeit	Aktiv im Alter/Hocker	Claudia Adam	Donnerstag	10:10-10:55	Gymnastikraum
Turnen/ Freizeit	Fit in den Tag	Claudia Adam	Donnerstag	09:00-10:00	OaSE 1
Turnen/ Freizeit	Roundabout Fitness	Claudia Adam	Freitag	09:00-10:00	OaSE 1
Turnen/ Freizeit	Badminton Hobby- Mix	Ulli Rumpf	Freitag	19:00-20:15	Sporthalle
Turnen/ Freizeit	Fit und Gesund	Heinrich Goik	Donnerstag	10:00-11:00	OaSE 1