



KURSPLAN

FITNESS GESUNDHEIT SENIOREN REHA

Gültig ab

08.04.2024

Kurzfristige Änderungen vorbehalten.

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
08.45-09.30 UHR WIRBELSÄULENGYMNASTIK INKA GYMNASTIKHALLE +	08.30-09.30 UHR BODYFORMING BETTINA KUNSTTURNHALLE	08.30-09.15 UHR WIRBELSÄULENGYMNASTIK JANA GYMNASTIKHALLE +	09.00-10.00 UHR RÜCKENTRNG. + REHA JANA GYMN.HALLE + STUDIO	08.45-09.30 UHR WIRBELSÄULENGYMNASTIK JANA WELLNESSHALLE
09.30-10.15 UHR BLEIBEN SIE MOBIL JANA GYMNASTIKHALLE +	09.00-10.15 UHR HATHA YOGA MARION WELLNESSHALLE	09.15-10.15 UHR INDOA MARION WELLNESSHALLE	10.30-11.15 UHR HOCKERGYMNASTIK RIA WELLNESSHALLE	09.50-10.50 UHR PILATES 1 ANFÄNGER JULIA WELLNESSHALLE
09.30-10.15 UHR MAMA-BABY-FITNESS JULIA GYMNASTIKHALLE	09.00-09.45 UHR WIRBELSÄULENGYMNASTIK EVA GYMNASTIKHALLE +	09.15-10.00 UHR BLEIBEN SIE MOBIL INKA GYMNASTIKHALLE +	11.30-12.15 UHR WSG REHA JANA WELLNESSHALLE	10.00-10.45 UHR FIT IN DEN MORGEN INKA GYMNASTIKHALLE +
10.15-11.00 UHR BAUCH-BEINE-PO INKA WELLNESSHALLE	09.30-10.30 UHR RÜCKENTRG. AM MORGEN BETTINA KUNSTTURNHALLE	10.05-10.30 UHR STRETCHING INKA GYMNASTIKHALLE +	17.45-18.30 UHR FITNESSWORKOUT INKA GYMNASTIKHALLE +	10.45-11.15 UHR STRETCHING INKA GYMNASTIKHALLE +
11.00-11.30 UHR STRETCHING INKA WELLNESSHALLE	10.00-10.45 UHR LUNGENSPORT + REHA EVA GYMNASTIKHALLE	11.45-12.15 UHR AQUA GYMNASTIK EVA SONNENHAUS	17.45-18.45 UHR LANGHANTELTRAINING MAXIM SPORTHALLE	11.00-11.45 UHR HÜFT + KNIE REHA JULIA WELLNESSHALLE
11.35-12.20 UHR WSG REHA JANA WELLNESSHALLE	10.45-11.30 UHR SPORT NACH SCHLAGANFALL + REHA ANDREA GYMNASTIKHALLE	12.15-12.45 UHR AQUA GYMNASTIK EVA SONNENHAUS	18.00-19.00 UHR INDOA MARION WELLNESSHALLE	11.30-12.15 UHR REHA GYMNASTIK JANA GYMNASTIKHALLE
17.30-18.15 UHR WSG + REHA MELANIE GYMNASTIKHALLE	17.15-18.00 UHR LUNGENSPORT + REHA EVA GYMNASTIKHALLE	14.15-15.00 UHR MAMA-BABY-FITNESS NEU SELINA GYMNASTIKHALLE	18.00-18.45 UHR REHA AQUA GYM MELANIE BÜNDER WELLE	17.30-18.15 UHR BODYSTYLING LYN SPORTHALLE
17.30-18.30 UHR HATHA YOGA JULIA WELLNESSHALLE	17.30-18.15 UHR BODYFORMING SOFT MELANIE SPORTHALLE	17.30 - 18.30 UHR PILATES 2 FORTGESCHRITTEN JULIA WELLNESSHALLE	18.45-19.30 UHR REHA AQUA FIT MELANIE BÜNDER WELLE	18.15-19.00 UHR FRIDAY-SPECIAL-MIX WECHSELNDE TRAINER SPORTHALLE
18.30-19.15 UHR FITNESSWORKOUT SARA GYMNASTIKHALLE	18.15-19.15 UHR RÜCKENTRNG. + REHA DENNIS GYMN.HALLE + STUDIO	17.30-18.15 UHR BAUCH-BEINE-PO JANA GYMNASTIKHALLE +	18.30-19.45 UHR XLETIC BOOTCAMP NEU DENNIS & INKA GYMNASTIKHALLE	
18.30-19.45 UHR VINYASA YOGA JULIA WELLNESSHALLE	18.30-19.15 UHR HWS REHA MELANIE WELLNESSHALLE	18.15-19.00 UHR BODYSTYLING LYN SPORTHALLE	19.00-19.45 UHR FASZIENTRAINING JANA WELLNESSHALLE	
18.30-19.00 UHR AQUA GYMNASTIK EVA SONNENHAUS	18.30-19.15 UHR JUMPING FITNESS INKA SPORTHALLE	18.30-19.30 UHR SLINGTRAINING (TRX) MAXIM GYMNASTIKHALLE	19.30-20.15 UHR REHA AQUA FIT MELANIE BÜNDER WELLE	
19.00-19.30 UHR AQUA GYMNASTIK EVA SONNENHAUS	19.30-20.15 UHR TABATA + POWERBAUCH INKA GYMNASTIKHALLE +	19.15-20.15 UHR ZUMBA DIANA SPORTHALLE	19.45-20.15 UHR MOBILITY NEU DENNIS GYMNASTIKHALLE	
19.15-20.00 UHR FULL BODY TABATA NEU SELINA GYMNASTIKHALLE +	20.15-21.00 UHR KETTLEBURN NEU DENNIS GYMNASTIKHALLE	19.30-20.15 UHR WSG + REHA JANA GYMNASTIKHALLE		
19.15-20.00 UHR BAUCH-BEINE-PO JANA SPORTHALLE				
20.15-21.15 UHR LANGHANTELTRAINING MAXIM SPORTHALLE				
20.00-20.45 UHR YIN YOGA + TIEFENENTSP.* MARION -ONLINE-				

www.btw-buende.de

- =Fitnesskurs
- =Gesundheitskurs
- =Seniorkurs
- =REHA-Kurs (Nur mit Verordnung!)
- =inkl. Live-Übertragung
- =Feste Kursreihe
- * =Andere Zugangsdaten: info@marion-bohlmeier.de

Kursanmeldung unter: www.btwbuende.sportmeo.com

Allgemeine Fragen zum Kursplan, zu den Onlinekursen oder zur Kursanmeldung per E-Mail an live@btw-buende.de oder telefonisch unter 05223-18 30 88 0.



KURSPLAN

KINDER UND JUGENDLICHE

Gültig ab

08.04.2024

Kurzfristige Änderungen vorbehalten.

www.btw-buende.de

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
10.30-11.30 UHR E+K - TURNEN 1-3 JAHRE JANA TOBILAND	09.00-10.00 UHR BABYS IN BEWEGUNG I + II 3-8 MONATE SELINA BIB RAUM (WELLNESSHALLE)	10.00-11.00 UHR E+K - TURNEN 1-3 JAHRE INGRID KUNSTTURNHALLE	10.30-11.30 UHR E+K - TURNEN 1-3 JAHRE JANA TOBILAND	10.00-11.00 UHR E+K - TURNEN 1-3 JAHRE INGRID KUNSTTURNHALLE
12.45-13.15 UHR BABYSCHWIMMEN JANA S. SONNENHAUS 🔒	10.00-11.00 UHR BABYS IN BEWEGUNG III AB 9 MONATE SELINA BIB RAUM (WELLNESSHALLE)	09.00-10.00 UHR BABYS IN BEWEGUNG II 6-9 MONATE EVA BIB RAUM (WELLNESSHALLE)	15.00-16.00 UHR KINDERTURNEN 4-6 JAHRE INGRID TOBILAND	14.30-15.30 UHR GERÄTETURNEN MÄDCHEN 8-9 JAHRE MELISSA KUNSTTURNHALLE
13.15-13.45 UHR BABYSCHWIMMEN JANA S. SONNENHAUS 🔒	15.15-16.15 UHR KINDERTURNEN 4-6 JAHRE INKA SPORTHALLE	10.15-11.15 UHR BABYS IN BEWEGUNG III 9-12 MONATE EVA BIB RAUM (WELLNESSHALLE)	15.30-16.30 UHR TUMBLING 1 ANFÄNGER 8-12 JAHRE INKA SPORTHALLE	15.00-16.00 UHR KREATIVER KINDERTANZ 4-5 JAHRE GIULIA WELLNESSHALLE
15.00-16.00 UHR GERÄTETURNEN GEMISCHT 5-7 JAHRE JANA KUNSTTURNHALLE	15.15-16.15 UHR E+K - TURNEN 1-3 JAHRE INGRID TOBILAND	15.00-16.00 UHR BABYS IN BEWEGUNG III AB 8 MONATE SELINA TOBILAND	16.00-17.15 UHR E+K - TURNEN 2-4 JAHRE INGRID TOBILAND	15.00-16.30 UHR YOUNG BANDITS AB 12 JAHRE INKA SPORTHALLE
16.00-17.00 UHR E+K - TURNEN 1-3 JAHRE DENISE TOBILAND	16.15-17.15 UHR E+K - TURNEN 2-4 JAHRE EVA TOBILAND	15.00-16.00 UHR GERÄTETURNEN MÄDCHEN 5-6 JAHRE JANA KUNSTTURNHALLE	16.30-17.30 UHR TUMBLING 2 FORTGESCHRITTEN 12-16 JAHRE INKA SPORTHALLE	15.00-17.00 UHR JUNIOR BANDITS AB 12 JAHRE LYN SPORTHALLE 🔒 <i>Nur mit Anmeldung:</i> cheerleading-btw@gmx.de
17.00-18.30 UHR MINI BANDITS 8-12 JAHRE GIULIA + MAILINE KUNSTTURNHALLE	16.15-17.15 UHR KINDERTURNEN 7-9 JAHRE INKA SPORTHALLE	16.00-17.00 UHR GERÄTETURNEN MÄDCHEN 7-8 JAHRE JANA KUNSTTURNHALLE	15.45-16.45 UHR MINI DANCER 6-9 JAHRE ZOE WELLNESSHALLE	16.15-17.30 UHR JUNIOR DANCER AB 10 JAHRE LYN + FINJA SPORTHALLE
18.00-19.30 UHR JUNIOR BANDITS AB 12 JAHRE LYN KUNSTTURNHALLE 🔒 <i>Nur mit Anmeldung:</i> cheerleading-btw@gmx.de		18.00-18.30 UHR JUNIOR DANCER AB 10 JAHRE LYN + FINJA BTW BABYRAUM	16.45-17.45 UHR KIDS DANCE 10-13 JAHRE MAILINE WELLNESSHALLE	16.00-17.00 UHR KREATIVER KINDERTANZ 6-7 JAHRE GIULIA WELLNESSHALLE
19.00-20.30 UHR DYNAMITE DANCER AB 14 JAHRE LYN KUNSTTURNHALLE 🔒 <i>Nur mit Anmeldung:</i> cheerleading-btw@gmx.de		18.30-19.30 UHR JUNIOR DANCER AB 10 JAHRE LYN + FINJA TOBILAND	19.45-20.45 UHR TUMBLING 3 AB 16 JAHRE LEA SPORTHALLE	17.00-18.00 UHR KREATIVER KINDERTANZ 8-10 JAHRE GIULIA WELLNESSHALLE
20.00-21.30 UHR SENIOR BANDITS AB 15 JAHRE RIEKE KUNSTTURNHALLE 🔒 <i>Nur mit Anmeldung:</i> cheerleading-btw@gmx.de		18.30-19.30 UHR GERÄTETURNEN MÄDCHEN 10-11 JAHRE CONNIE KUNSTTURNHALLE	19.45-21.15 UHR SENIOR BANDITS AB 15 JAHRE RIEKE BODENTURNHALLE 🔒 <i>Nur mit Anmeldung:</i> cheerleading-btw@gmx.de	
		19.30-20.30 UHR GERÄTETURNEN MÄDCHEN 12-14 JAHRE CONNIE KUNSTTURNHALLE		
		19.30-21.15 UHR DYNAMITE DANCER AB 14 JAHRE LYN WELLNESSHALLE		

Bitte melden Sie sich bzw. Ihr Kind (ab 4 Jahren) über folgenden Link zu den Kursen an: www.btwbuende.sportmeo.com.

Allgemeine Fragen zum Kursplan, zu den Onlinekursen oder zur Kursanmeldung per E-Mail an live@btw-buende.de oder telefonisch unter 05223-18 30 88 0.

- =Tanzen -ohne Eltern-
- =Cheerleading
- =Geräteturnen -ohne Eltern-
- =Spielerisches Turnen -ohne Eltern-
- =Eltern+Kind-Turnen
- =Babyturnen
- =Babyschwimmen