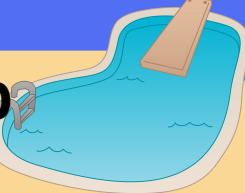
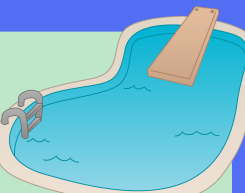
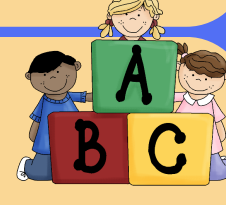
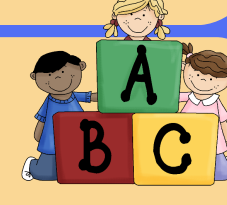
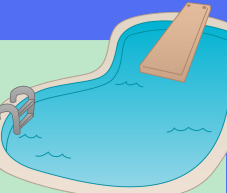
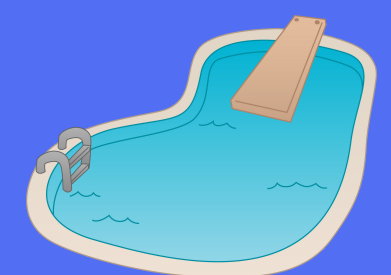


2025 - Wochenkursplan der A.S.S. Rengsdorf e.V.

Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00 - 09:00	08:00 - 09:30 Nordic Walking Treff 1 Monika / Elisabeth						
09:00 - 10:00		09:00 - 09:45 Wasser Gymnastik Christel / Erika		09:15 - 10:15 Krabbelgruppe ab 6 Monaten Philip			09:00 - 10:15 Full Body Workout Mathias
10:00 - 11:00		09:45 - 10:45 Yoga Conny		10:00 - 11:30 Nordic Walking Treff 2 Wiedhöhenhalle Kurtscheid Monika			
11:00 - 12:00							

15:00 - 16:00		15:00 - 16:00 Kinderturnen ab 5 Jahren Adriana	15:00 - 16:00 Kinderturnen ab 3,5 Jahren Adriana				
16:00 - 17:00		16:00 - 17:00 Eltern-Kind-Turnen ab 2 Jahren Adriana	16:00 - 17:00 Eltern-Kind-Turnen ab 2 Jahren Adriana	16:20 - 17:20 Yoga für Kinder Conny	16:00 - 17:00 Kinderturnen ab 5 Jahren Susanne	16:00 - 17:30 Gewaltprävention Verena	
17:00 - 18:00			17:00 - 18:00 Eltern-Kind-Turnen ab 1 Jahr Tine	17:30 - 18:30 Step-Aerobic Vicky	17:15 - 18:00 Ballschule (6-8 Jahre) Susanne		
18:00 - 19:00	18:00 - 19:00 Yoga Conny	18:30 - 19:30 Perfekt Vernetzt Fitness für Faszien Christel	19:00 - 19:45 Wasser Gymnastik Christel / Erika	18:30 - 20:00 Qigong Kurs 1 Sabine	18:00 - 19:15 Fitness kennt kein Alter Krafttraining Frauen 60+ Christel		
19:00 - 20:00	19:30 - 21:00 Sport für Männer Erika	19:30 - 20:30 Funktionelle Gymnastik Frauen 50+ Erika		19:00 - 21:00 Badminton Mixed Karl / Marlene	19:30 - 20:45 Full Body Workout Mathias		
20:00 - 21:00							



(Treffen am) Freibad Rengsdorf



Turnhalle an der Feuerwehr



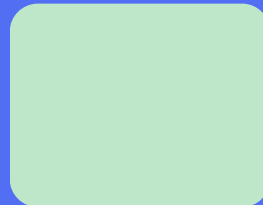
Turnhalle an der Grundschule



Altes Gemeindehaus



Dauerangebot



Als 10er Kurs buchbar