

Übersicht Sportangebote

Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag			Samstag		
Uhrzeit	Sportart	Ort	Uhrzeit	Sportart	Ort	Uhrzeit	Sportart	Ort	Uhrzeit	Sportart	Ort	Uhrzeit	Sportart	Ort	Uhrzeit	Sportart	Ort
08.00 - 09.00	Fitness Ute	Schützenhalle	08.00-09.00	Fitness Ute	Schützenhalle	09.00-10.30	Walking Nordic Walking	Neubühl-Lehm	09.00-9.00	Rads	Hauptstraße	08.30 - 9.30	Fitness	Schützenhalle	11.00 - 12.00	Reise (Petanque)	Helmstedt 10-15 Postfische
09.00 - 12.00	Reise (nur im Winter)	Schützenhalle	10.30 - 11.30	Yoga/Pilates Bewegung Mobilisation, Entspannung	Schützenhalle				09.00 - 10.30	Walking Nordic Walking	Werbegewing Sabine						
12.30 - 13.15	Wassergymnastik	Kaysarbad															
15.15 - 16.00	Scheitelmur (ab 5 Jahre)	Neuböckler	14.00 - 15.00	Wohlbefindungsmaßnahme	Hauptstraße	15.00 - 16.00	Boule (Petanque)	Helmstedt Str. 4 Park/Büch	15.00 - 16.00	Funktionstraining	Schützenhalle	15.00 - 16.00	Funktionstraining	Schützenhalle			
15.30 - 16.20	Wohlbefindungsmaßnahme	GS Steglitzweg Sportplatz	15.00 - 16.00	Kinder-Turnen (6-8 Jahre)	Rausenplatz Jahrestadion	16.00 - 16.45	Eltern-Kind-Turnen (ab 3 Jahre)	GS Steglitzweg Gymnastikhalle	16.00 - 16.45	Eltern-Kind-Turnen (bis 3 Jahre)	Rölkappchen	15.30 - 16.30	Eltern-Kind-Turnen (bis 3 Jahre)	GS Steglitzweg Sportplatz			
15.30 - 16.45	Wettkampftanz	Schützenhalle	15.00 - 16.00	Fit bis ins hohe Alter	Schützenhalle	16.00 - 16.45	Kinder-Turnen (3-4 Jahre)	GS Steglitzweg Sportplatz	16.00 - 16.45	Kinderturnen (3-4 Jahre)	Rölkappchen	15.30 - 17.00	Yin Yoga	GS Altkloster Gymnastikhalle			
16.00 - 17.00	Eltern-Kind-Turnen (bis 3 Jahre)	GS Steglitzweg Gymnastikhalle	15.30 - 17.00	Aerobic (6-12 Jahre)	SZ Süd 1+2+3+4	16.00 - 17.00	Wohlbefindungsmaßnahme	SZ Nord	16.00-20.00	Judo	GS Steglitzweg Gymnastikhalle	16.00-17.30	Fußball U14/1	Jahrestadion			
16.00 - 17.00	Kinder-Turnen (3-4 Jahre)	GS Steglitzweg Gymnastikhalle	16.00 - 18.00	Tischtennis	GS Steglitzweg Gymnastikhalle	16.30-18.00	Fußball U14/2	Jahrestadion	16.30-18.00	Fußball U9	Milka-Anlage	16.00-17.30	Fußball U14/2	Jahrestadion			
16.00 - 16.45	Scheitelmur	Neuböckler	16.00 - 17.00	Eltern-Kind-Turnen (ab 3 Jahre)	GS Altkloster Sportplatz	16.45 - 17.30	Eltern-Kind-Turnen (ab 3 Jahre)	GS Steglitzweg Gymnastikhalle	16.30-18.00	Fußball U11	Milka-Anlage	16.30 - 17.30	Kinderturnen (3-4 Jahre)	GS Steglitzweg Sportplatz			
16.00 - 17.00	Kinderturnen	GS Steglitzweg Gymnastikhalle	16.00 - 17.00	Jazz	Hauptstr.	16.45 - 17.30	Sport Spiel & Spaß (6-10 Jahre)	GS Steglitzweg Sportplatz	16.30 - 17.30	Wohlbefindungsmaßnahme	Hauptstraße	16.30 - 17.15	Theater ab 4 Jahre	GS Altkloster Sportplatz			
16.30 - 17.30	Basketball U12/U14	Milka-Anlage	16.00 - 17.00	Funktionstraining	Schützenhalle	17.00-18.30	Fußball U14/1	Jahrestadion	16.45 - 17.30	Eltern-Kind-Turnen (bis 3 Jahre)	Rölkappchen	16.30 - 18.00	Aerobic (6-12 Jahre)	SZ Süd			
16.30-18.00	Fußball U18	Milka-Anlage	16.00-17.00	Fußball Ballgewinnung	Milka-Anlage	17.30 - 18.30	Jazz (6-10 Jahre)	GS Steglitzweg Sportplatz	16.45 - 17.30	Sport Spiel & Spaß (6-10 Jahre)	Rölkappchen	16.30 - 18.00	Wohlbefindungsmaßnahme	SZ Süd			
16.30-18.00	Fußball U11	Milka-Anlage	17.00 - 19.30	Aerobic (ab 13 Jahre)	SZ Süd 1+2	17.30 - 18.30	Wohlbefindungsmaßnahme	GS Steglitzweg Gymnastikhalle	17.00-18.30	Fußball U12	Milka-Anlage	17.00 - 18.30	Basketball U14/1/16	SZ Süd 1+2			
17.00-18.30	Fußball U12	Jahrestadion	17.00 - 18.00	Sport-Spiel-Spaß (6-10 Jahre)	GS Altkloster Sportplatz				17.15 - 18.45	Volleyball (ab 15 Jahre)	Rölkappchen+2	17.30 - 19.00	Jazz (JAM)	GS Altkloster Gymnastikhalle			
17.00 - 18.00	Funktionstraining	GS Steglitzweg Sportplatz	17.00 - 18.30	Basketball U14	SZ Süd 4				17.15 - 18.45	Volleyball (Anfänger)	Rölkappchen+2	17.30 - 19.30	Tischtennis	GS Steglitzweg Sportplatz			
17.30 - 18.45	Karaoke (ab 10 Jahre)	GS Altkloster Sportplatz	17.00 - 18.00	Wohlbefindungsmaßnahme	Hauptstraße							17.30 - 19.30	Ju Jitsu	GS Steglitzweg Gymnastikhalle			
18.00 - 19.00	Reise	GS Steglitzweg Gymnastikhalle															
18.00 - 20.00	Wohlbefindungsmaßnahme	GS Steglitzweg Gymnastikhalle	18.00-20.00	Leichtathletik	Jahrestadion	18.00-19.30	Fußball U15	Jahrestadion	18.00-20.00	Leichtathletik	BBS	18.30 - 20.00	Basketball U18	SZ Süd 2			
18.00 - 20.00	Reise	Hauptstraße	18.00-20.00	Judo	GS Steglitzweg Gymnastikhalle	18.00-19.00	Qi Gong	GS Altkloster Sportplatz	18.00-20.00	Leichtathletik	Jahrestadion	18.30 - 20.00	Basketball U18	SZ Süd 2			
18.00-19.30	Fußball U15	Jahrestadion	18.00 - 19.00	Sport-Spiel-Spaß (ab 10 Jahren)	GS Altkloster Sportplatz	18.00 - 19.00	Karaoke (Kinder)	GS Altkloster Gymnastikhalle	18.00 - 19.00	Fitness / Rücken	GS Altkloster Sportplatz	19.00 - 20.15	Karaoke (Anfänger)	GS Altkloster Sportplatz			
18.30 - 20.00	Chemiebadung	GS Steglitzweg Sportplatz	18.00-20.00	Volleyball (U20 wbl.)	BBS -3	18.30 - 19.30	Fitness	GS Steglitzweg Sportplatz	18.00-20.00	Basketball U18	HPS ab	19.00 - 20.15	Wohlbefindungsmaßnahme	Ab-Schweizer Schula			
18.30 - 19.30	Aerobic/Plattes	HPS ab	18.30 - 20.00	Basketball U16/1/18	SZ Süd 1+1	19.30 - 19.30	Jazz (16-20 Jahre)	GS Steglitzweg Gymnastikhalle	18.00-20.00	Fitness / Spiel 60+	Rölkappchen +2	19.15 - 20.15	Stuppen	Turnhalle Ouberg			
18.45 - 20.15	Karaoke (Anfänger)	GS Altkloster Sportplatz	18.30 - 19.30	Basketball (Winter)	BBS 1+1	<del>18.45-20.15</del>	<del>Fitness (Winter)</del>	<del>GS Steglitzweg Sportplatz</del>	19.00 - 20.00	Fitness / Rücken	GS Altkloster Sportplatz	19.30 - 21.45	Tischtennis	GS Steglitzweg Sport+4 Gymnastikhalle			
19.30 - 20.00	Slippen	GS Hartbürger	18.30 - 19.30	Reise	Hauptstraße	19.30 - 21.00	Wohlbefindungsmaßnahme	Neuböckler	19.00 - 20.00	Selbstverteidigung (19-15 Jahre)	HPS ab Gymnastikhalle	20.00 - 21.45	Fitness Spiel (Jedermann)	SZ Süd 2			
19.30 - 20.00	Fitness	HPS ab	18.45 - 19.45	Wohlbefindungsmaßnahme	GS Altkloster Gymnastikhalle	19.00 - 21.45	Karaoke (Wettkampftanz)	GS Altkloster Gymnastikhalle	19.30 - 21.45	Tischtennis	GS Steglitzweg Sport+4 Gymnastikhalle	20.00 - 22.00	Karaoke (Jedermann)	BBS			
20.00 - 21.30	Jazz (JAM)	GS Hartbürger	<del>18.45-21.45</del>	<del>Tanz- Gesellschaften</del>	<del>GS Steglitzweg Sportplatz</del>	<del>18.45-21.45</del>	<del>Tanz- Gesellschaften</del>	<del>GS Steglitzweg Sportplatz</del>	20.00 - 21.45	Volleyball (1. Herren)	BBS 1+2	20.15 - 21.45	Karaoke/Fortschrittliche	GS Altkloster Sportplatz			
20.00 - 21.45	Volleyball (1 + 2 Damen)	BBS 2+3	19.00 - 20.00	Zumba Gold	HPS (neu) 2	19.00 - 20.00	Tamburino	HPS	20.00 - 21.45	Volleyball (2. Herren)	BBS 1+2						
20.00 - 21.45	Tischtennis	GS Steglitzweg Sport+4 Gymnastikhalle	19.00 - 21.00	Sport-schaden	Innenbeek	19.30 - 21.00	Tanz- Gesellschaften	Schützenhalle	20.00 - 21.45	Selbstverteidigung (ab 15 Jahre)	HPS ab Gymnastikhalle						
20.15 - 21.45	Fitness/Spiel	SZ Süd 2	19.00 - 21.45	Chemiebadung	GS Altkloster Sportplatz	19.30 - 20.30	Fitness	GS Steglitzweg Sportplatz	20.00 - 21.45	Basketball Herren	HPS ab große Halle						
20.15 - 21.45	Karaoke/Fortschrittliche	GS Altkloster Sportplatz	20.00 - 21.45	Basketball (Herrn I, Herrn II 1+2+4)	SZ Süd	19.30 - 21.00	Mandala Yoga (Muz)	GS Steglitzweg Gymnastikhalle	20.00 - 21.30	Fußball 1+2 Herren	HPS ab Jahrestadion						
19.30 - 20.45	Funktionstraining (04.-Apr.) (Mai-Sept.)	HPS Milka-Anlage/Jahrestadion	20.00 - 21.30	Fußball 1 + 2, Herren	Jahrestadion	20.00 - 21.45	Volleyball (1 + 2 Damen)	BBS 2+3	20.00 - 22.00	Crossfit	BBS						
			20.00 - 21.30	Hatha Yoga	ordine	20.30 - 21.45	Tischtennis	GS Steglitzweg Sportplatz	20.00 - 21.45	Tischtennis	GS Steglitzweg Gymnastikhalle						
			20.00 - 21.45	Volleyball (1. Herren)	BBS 3				20.10 - 21.30	Volleyball (Jedermann)	Rölkappchen						
			20.00 - 21.45	Volleyball (Frauen)	BBS 3				20.30 - 21.45	Basketball Herren II	Halle Nord 4						
			20.00 - 21.45	Tischtennis	GS Steglitzweg Sportplatz												
			20.00 - 21.00	Wohlbefindungsmaßnahme	Rölkappchen/Schützenhalle												
			20.00 - 21.45	Tanz	Schützenhalle												
			20.00 - 21.45	Selbstverteidigung (ab 16 Jahre)	HPS neu												
			20.15 - 21.15	Zumba Fitness	GS Steglitzweg Gymnastikhalle												
			21.00 - 21.45	Tamburino	Rölkappchen/Schützenhalle												

