

Tag	von	bis	Sportart	Inhalt	Ziel	Ort	Trainer/in
Montag	10:00	- 12:00	Sport für Jedermann			MTV-Gaststätte	Tanja Rypka
Montag	21:00	- 23:00	Basketball			MTV-Gaststätte	ohne Trainer
Dienstag	21:00	- 23:00	Tischtennis			MTV-Gaststätte	ohne Trainer
Mittwoch	17:00	- 20:00	Ballett - Umkeide			MTV-Gaststätte	ohne Trainer
Mittwoch	20:00	- 22:00	Sport für Jedermann			MTV-Gaststätte	ohne Trainer
Mittwoch	22:00	- 23:00	Kickboxen			MTV-Gaststätte	ohne Trainer
Donnerstag	11:00	- 12:00	Sitzgymnastik	Bewegungstraining für die allgemeine Kräftigung sowie Erhaltung und Verbesserung der Koordinationsfähigkeiten	Senioren	MTV-Gaststätte	Gabi Brietzke
Donnerstag	21:30	- 23:00	Gymnastik			MTV-Gaststätte	ohne Trainer
Freitag	14:00	- 19:00	Ballett - Umkeide			MTV-Gaststätte	ohne Trainer