

# Übungsstunden

## **Maritimo**

<b>Montag</b>	
17.00 - 18.45 Uhr	Schwimmbildung
17.00 - 18.00 Uhr	Babyschwimmen
17.45 - 20.00 Uhr	Wettkampfschwimmen
18.45 - 20.15 Uhr	Wassergymnastik
21.00 - 22:00 Uhr	Masters Schwimmer
<b>Dienstag</b>	
16.00 - 18.15 Uhr	Schwimmbildung
18.00 - 18.45 Uhr	Aqua Fitness
18.45 - 19.30 Uhr	Aqua Boxing
18.15 - 19.30 Uhr	Wasserball-Jugend
19.30 - 21.00 Uhr	Wasserball Herren
21.00 - 22.00 Uhr	Tauchen
<b>Mittwoch</b>	
16.30 - 17.15 Uhr	Schwimmbildung
16.30 - 20.00 Uhr	Wettkampfschwimmen
20.00 - 21.00 Uhr	Familienschwimmen
20.30 - 22.00 Uhr	Masters Schwimmer
<b>Donnerstag</b>	
15.45 - 18.00 Uhr	Schwimmbildung
16.00 - 17.00 Uhr	Familienschwimmen
16.45 - 18.15 Uhr	Wettkampfschwimmen
17.45 - 19.00 Uhr	Wasserball Jugend
18.00 - 18.45 Uhr	Aqua Fitness
19.30 - 20:15 Uhr	Aqua Jogging
20.00 - 21.00 Uhr	Masters Schwimmer

<b>Freitag</b>	
17.00 - 19.00 Uhr	Schwimmbildung
18.30 - 20.00 Uhr	Wettkampfschwimmen
20.00 - 22.00 Uhr	Tauchen
<b>Samstag</b>	
20.00 - 21.30 Uhr	Wasserball Herren (nur Spiele)

## **Geräteraum**

<b>Mittwoch</b>	
18.30 - 19.30 Uhr	Gesundheits- u. Präventionssport

## **Jugendheim**

<b>Donnerstag</b>	
8.30 Uhr	Walking
<b>Samstag</b>	
8.30 Uhr	Walking

## **Sporthalle Martin-Luther-King Schule**

<b>Dienstag</b>	
19.00 - 20.30 Uhr	Hobby Mixed Volleyball