



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>VORMITTAGS</b>				
	<b>10.00 - 11.00 Uhr</b> <b>Bodystyling 60+</b> Sporthaus TSV Hohenhameln		<b>10.00 - 11.00 Uhr</b> <b>Cardio Workout/Mami-Fit</b> Sporthaus TSV Hohenhameln mit Kinderbetreuung	
<b>NACHMITTAGS</b>				
<b>16.00 - 19.00 Uhr</b> <b>Schwimmen</b> Lehrschwimmbecken Hohenhameln	<b>15.45 - 16.30</b> <b>Kinderturnen</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln Gruppe 2 von 1-3 Jahren	<b>16.15 - 17.30 Uhr</b> <b>Kinderturnen</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln Gruppe 1 von 1-3 Jahre	<b>14.00 Uhr</b> <b>Radwandergruppe (Mai-September)</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	
<b>16.30 - 19.30 Uhr</b> <b>Dance 4 Kids</b> DGH Hohenhameln 3 Gruppen	<b>16.30 - 17.15</b> <b>Kinderturnen</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln Gruppe 3 von 4- 6 Jahren			
	<b>17.15- 18.00</b> <b>Kinderturnen</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln Gruppe 4 von 7- 10 Jahren			
<b>ABENDS</b>				
<b>18.00 - 19.00 Uhr</b> <b>Wirbelsäulengymnastik</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	<b>17.30 - 18.30 Uhr</b> <b>Cross fit</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	<b>17.30 - 19.00 Uhr</b> <b>Phillipinische Kampfkunst &amp; Selbstverteidigung</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln	<b>18.00 - 21.00 Uhr</b> <b>Herrensauna</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	<b>18.00 - 19.00 Uhr</b> <b>Zumba / Dance-Workout</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln
<b>19.00 - 19.45 Uhr</b> <b>Pilates</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	<b>18.00 - 21.00 Uhr</b> <b>Damensauna</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	<b>17.45 - 18.45 Uhr</b> <b>Fitness für Männer</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	<b>18.15 Uhr</b> <b>Lauffreff / Walking</b> Stadion Hohenhameln, Dehnenweg Startzeit ist witterungsabhängig	<b>19.00-22.00 Uhr</b> <b>Darts</b> Sporthaus TSV Hohenhameln
<b>20.15 - 21.30 Uhr</b> <b>Yoga</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	<b>18.00 - 20.00 Uhr</b> <b>Badminton</b> Kreissporthalle Hohenhameln Jugend	<b>19.00 - 20.00 Uhr</b> <b>Schwimmen</b> Auebad Mehrum	<b>20.00 - 21.00 Uhr</b> <b>Schwimmen</b> Auebad Mehrum	<b>20.00-22.00 Uhr</b> <b>Tischtennis</b> Mehrzweckhalle Erwachsene
<b>19.00 - 20.15 Uhr</b> <b>Tanzen - Gruppe 1</b> DGH Hohenhameln	<b>18.30 Uhr</b> <b>Lauffreff / Walking</b> Stadion Hohenhameln, Dehnenweg Startzeit ist witterungsabhängig	<b>19.00 - 20.00 Uhr</b> <b>Step - Aerobic</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln	<b>19.00 - 22.00 Uhr</b> <b>Badminton</b> Kreissporthalle Hohenhameln Erwachsene	
<b>20.15 - 21.30 Uhr</b> <b>Tanzen - Gruppe 2</b> DGH Hohenhameln	<b>19.00 - 20.00 Uhr</b> <b>Bodystyling</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	<b>20.00 - 21.00 Uhr</b> <b>Fit &amp; Fun</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln		
<b>20.00 - 21.00 Uhr</b> <b>Schwimmen</b> Auebad Mehrum	<b>20.00 - 22.00 Uhr</b> <b>Volleyball - Hobby / Mix</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln			
<b>20.00 - 22.00 Uhr</b> <b>Tischtennis</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln Erwachsene				