



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>VORMITTAGS</b>				
	10.00 - 11.00 Uhr <b>Bodystyling 60+</b> Sporthaus TSV Hohenhameln		10.00 - 11.00 Uhr <b>Cardio Workout/Mami-Fit</b> Sporthaus TSV Hohenhameln mit Kinderbetreuung	
<b>NACHMITTAGS</b>				
16.00 - 19.00 Uhr <b>Schwimmen</b> Lehrschwimmbecken Hohenhameln	15.00 - 15.45 Uhr <b>Schwimmkurs Seepferdchen</b> Lehrschwimmbecken Hohenhameln mit Anmeldung	16.15 - 17.00 Uhr <b>Kinderturnen</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln Gruppe 1 von 1 - 3 Jahren	14.00 Uhr <b>Radwandergruppe (Mai-September)</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	15.00 - 16.00 Uhr <b>Schwimmkurs Bronze</b> Lehrschwimmbecken Hohenhameln mit Anmeldung
16.30 - 19.30 Uhr <b>Dance 4 Kids</b> DGH Hohenhameln 3 Gruppen	15.45 - 16.30 Uhr <b>Schwimmkurs Seepferdchen</b> Lehrschwimmbecken Hohenhameln mit Anmeldung	17.00 - 17.45 Uhr <b>Kinderturnen</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln Gruppe 2 von 4 - 7 Jahren		
<b>ABENDS</b>				
18.00 - 19.00 Uhr <b>Wirbelsäulengymnastik</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	17.30 - 18.30 Uhr <b>Cross fit</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	17.45 - 18.45 Uhr <b>Fitness für Männer</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	18.00 - 21.00 Uhr <b>Herrensauna</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	18.00 - 19.00 Uhr <b>Zumba</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln
19.00 - 20.00 Uhr <b>Pilates</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	18.00 - 20.00 Uhr <b>Badminton</b> Kreissporthalle Hohenhameln Jugend	18.00 - 19.00 Uhr <b>Dance-Workshop</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln	19.00 Uhr <b>Lauftreff / Walking</b> Stadion Hohenhameln, Dehnenweg	20.00-22.00 Uhr <b>Tischtennis</b> Mehrzweckhalle Erwachsene
19.30 - 20.30 Uhr <b>Tanzworkshop</b> DGH Hohenhameln	18.00 - 21.00 Uhr <b>Damensauna</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	19.00 - 20.00 Uhr <b>Schwimmen</b> Auebad Mehrum	20.00 - 21.00 Uhr <b>Schwimmen</b> Auebad Mehrum	
20.30 - 21.30 Uhr <b>Tanzen</b> DGH Hohenhameln	19.00 Uhr <b>Lauftreff / Walking</b> Stadion Hohenhameln, Dehnenweg	19.00 - 20.00 Uhr <b>Step - Aerobic</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln	20.00 - 22.00 Uhr <b>Badminton</b> Kreissporthalle Hohenhameln Erwachsene	
20.00 - 21.00 Uhr <b>Schwimmen</b> Auebad Mehrum	19.00 - 20.00 Uhr <b>Bodystyling</b> Sporthaus TSV Hohenhameln	20.00 - 21.00 Uhr <b>Fit &amp; Fun</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln		
20.00 - 22.00 Uhr <b>Tischtennis</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln Erwachsene	20.00 - 22.00 Uhr <b>Volleyball - Hobby / Mix</b> Mehrzweckhalle Hohenhameln			