



Hallenbelegungsplan Sport- und Bildungsschule KAHRAMANLAR - Die Brähler Helden e.V.



Zeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00-09:00				REHA + GS			
09:00-10:00	REHA + GS			REHA + GS + Babyhelden Babyfitnesskurs I	REHA + GS		
10:00-10:30	Rückbildungskurs / Kinderbetreuung	Pestalozzi Schulsport	Pestalozzi Schulsport		Pilates	bKIDS ab 7 Jahre	Yoga KIDS
10:30-11:00							
11:00-11:30		10:00-13:00		Krabbelhelden Babyfitnesskurs II	Body Shape		Yoga Balance
11:30-12:00	Babymassage			Minihelden Babyfitnesskurs III		Kinderparcoursing	
12:00-12:30							
12:30-13:00							
13:00-13:30		Eltern-Kind-Turnen					bellicon Jumping
13:30-14:00							
14:00-14:30		Eltern-Kind-Turnen		Eltern-Kind-Turnen			
14:30-15:00							
15:00-15:30	Kinderparcoursing		Kinderparcoursing		Kinderparcoursing	Eltern-Kind-Turnen	
15:30-16:00		Kinderparcoursing		Kinderparcoursing		Eltern-Kind-Turnen	
16:00-16:30	Kinderparcoursing		Kinderparcoursing		Kinderparcoursing		Kickboxen
16:30-17:00		Tae-Kwon-Do		Tae-Kwon-Do		Eltern-Kind-Turnen	ab 12 Jahre
17:00-17:30		Anfänger 6 Jahre		Anfänger 4-6 Jahre			
17:30-18:00	Tae-Kwon-Do Wettkämpfer	Tae-Kwon-Do	Tae-Kwon-Do Wettkämpfer	Tae-Kwon-Do	bellicon Jumping		Kickboxen
18:00-18:30		Anfänger ab 7 Jahre		Anfänger ab 7 Jahre			Erwachsene
18:30-19:00	bKIDS ab 7 Jahre	Tae-Kwon-Do Anfänger ab 9 Jahre		Tae-Kwon-Do Anfänger ab 9 Jahre	Kickboxen		
19:00-19:30	Step- / HIIT- Aerobic		Hula Hoop Anfänger 18:30 Fortgeschritten 19:15-20:00 Uhr	Kickboxen	ab 12 Jahre		
19:30-20:00		7-11 Jahre		7-11 Jahre			
20:00-20:30	bellicon Jumping				Kickboxen		
20:30-21:00		REHA & GS	bellicon Jumping meets Shadowboxer	Zumba	Self Defence		
21:00-21:30	Grappling						
21:30-22:00							