

Angebot	Ort	Trainingszeiten		Übungsleitung
Bauch und stretch complete body workout	NH*	Montag	18.30-19.00 h	Carolin Steen 0173 734 62 98
	NH*	Montag	19.00-20.00 h	
Bodyforming	NH*	Mittwoch	19.00-20.00 h	Carolin Steen
Fitness Fit for fun, gem. Gruppe	AH*	Dienstag	19.00-20.00 h	Sabine Lemburg 0431 16 513
		Donnerstag	18.30-19.30 h	
Fitness Ballspiele gem. Gruppe ab 30	AH*	Dienstag	20.00-20.30 h	Sabine Lemburg
Fit forever Fit bis ins hohe Alter	AV*	Dienstag	09.30-10.30 h	Irmgard Janssen 0431 69 13 035
		Donnerstag	09.30-10.30 h	
		Montag	09.30-10.30 h	
Zumba	AV*	Mittwoch	17.00-18.00 h	Nicole Dagga, 0172 459 69 00
Zumba gold	AV*	Mittwoch	10.30-11.30 h	Anila Lasku, 01520 880 20 46
Rücken-Power-Workout	AV*	Montag	17.30-18.30 h	Tina Mohr-Jonca 0431 69 08 09
		Montag	18.30-19.30 h	
		Mittwoch	18.00-19.00 h	
Rücken-Power-Workout Out- / Indoor	AV*	Dienstag	15.00-16.00 h	Tina Mohr-Jonca
			16.00-17.00 h	
Hatha-Yoga	AV*	Dienstag	17.30-18.30 h	Waltraud Aue 0431 68 19 49
		Mittwoch	19.00-20.30 h	
Tanzen Paare	AV*	Freitag	18.30-19.30 h	Sven Neulinger, 0179 717 74 47
Jazztanz	AV*	Donnerstag	19.00-20.00 h	Anja Koall, 0431 38 67 935
Badminton	NH*	Mittwoch	20.00-22.00 h	Gunnar Nanz, 0431 21 07 643
Einradhockey	NH*	Dienstag	18.00-20.00 h	Jan Glienicke, 0176 233 38 508
Einradfahren	AH*	Sonntag	10.30-13.00 h	Ruth Abel, 04340 49 90 33
				Felix Adjei, 0431 66 70 343
Volleyball Damen	NH*	Dienstag	20.00-22.00 h	Aaron Giese, 1. Damen
	AH*	Donnerstag	19.30-22.00 h	Tom Retzlaff, 2. Damen 0431 62 687
Tennis				Beate Kaubitzsch, 0431 649 9704
Tischtennis	AH*	Montag	19.30-22.00 h	Ragnar Loreit 0431 69 84 78
		Mittwoch	19.30-22.00 h	
		Freitag	19.30-22.00 h	
Walking Football	NH*	Mittwoch	18.00-19.00 h	Lutz Kahle, 0170 120 03 13
Fußball		siehe Extrablatt		
Walking Treffpunkt	AV*	Montag, Dienstag und	09.00-10.00 h	Luise Boysen 0431 69 69 751
		Freitag		
AH* = Alte Sporthalle Russeer Weg 11-13, 24111 Kiel		NH* = Neue Sporthalle Russeer Weg 11-13, 24111 Kiel		AV* = Altes Vereinsheim Rendsburger Landstr. 301, 24111 Kiel