

# Kursplan



01.10.2021 In der Corona Zeit bitte für die Trainings anmelden. Herzlichen Dank

| Zeit          | Montag             |                   | Dienstag               |                  | Mittwoch           |                   | Donnerstag             |                                 | Freitag |             |
|---------------|--------------------|-------------------|------------------------|------------------|--------------------|-------------------|------------------------|---------------------------------|---------|-------------|
|               | Raum 1             | Raum 2            | Raum 1                 | Raum 2           | Raum 1             | Raum 2            | Raum 1                 | Raum 2                          | Raum 1  | Raum 2      |
| 10:30 - 11:30 |                    | HHW - Kooperation |                        | Fit im Alter     |                    | HHW - Kooperation |                        | Fit im Alter                    |         |             |
| 11:30 - 12:30 | Feldenkrais        |                   |                        |                  |                    |                   |                        |                                 |         |             |
| 15:30 - 16:30 |                    |                   | BSG DRK<br>14:45-15:45 |                  |                    |                   | BSG DRK<br>14:45-15:45 | Kindertanz 4-6<br>15:45 - 16:30 |         |             |
| 16.30 - 17:30 |                    |                   |                        |                  |                    |                   |                        | Hip Hop Kids<br>16:30-17:15     |         |             |
| 17:00 - 18:00 | Kids - Boxen       | TKD Kids          |                        |                  | Kids - Boxen       | TKD Kids          |                        |                                 |         | Yoga        |
| 17:30 - 18:30 |                    |                   | NDR / BSG              |                  |                    |                   | NDR / BSG              |                                 |         |             |
| 18:00 - 19:00 | Boxen/<br>Fitboxen |                   |                        | Kickboxen<br>1+2 | Boxen/<br>Fitboxen |                   | Kickboxen<br>1+2       | Boxen/<br>Fitboxen              |         |             |
| 18:30 - 19:30 |                    | HSV -<br>Boxen    | NDR / BSG              |                  |                    | HSV -<br>Boxen    | NDR / BSG              |                                 |         | HSV - Boxen |
| 19:00 - 20:00 |                    |                   |                        |                  |                    |                   |                        |                                 |         |             |
| 19:30 - 20:30 |                    | HSV -<br>Boxen    |                        | Karate 1+2       |                    | HSV - Boxen       |                        | Karate<br>1+2                   |         |             |
| 20:00 - 21:00 | Boxen/<br>Fitboxen |                   |                        | Karate 1+2       | Boxen/<br>Fitboxen |                   |                        | Karate<br>1+2                   |         |             |
| 20:30 - 21:30 |                    |                   |                        |                  |                    |                   |                        |                                 |         |             |

Bei Fragen stehen wir euch gerne zur Verfügung! Änderungen sind vorbehalten!

**3 G Training / Genesen, Geimpft, Tagesaktueller Corona Test**

**3 G Kurse bitte anmelden**

**2G Training/Genesen, Geimpft**

**Hankook-Sportcenter, Nieland 10, Tel.: 040 - 490 32 72, [info@hankook-sportcenter.de](mailto:info@hankook-sportcenter.de), [www.hankook-sportcenter.de](http://www.hankook-sportcenter.de)**