

Sommer 2026 mit der VSG im Sportzentrum – bleib in Bewegung

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
20. - 24.7.		9:30 – 10:30 Seniorenfitness Tanzsaal 17:00 – 18:15 Seniorenfitness Einfeldhalle 18:00 – 19:00 Fitness Gymnastik 3 18:30 - 19:30 Uhr on Einfeldhalle	17:30 – 18:30 Pilates Tanzsaal (Kursgebühr 2,50/6,-) 18:45 – 19:45 Aroha Tanzsaal 20:00 – 22:00 Tischtennis Gymnastikraum1		17:00 – 18:00 Rückenfit Tanzsaal (Kursgebühr 2,50/6,-) 18:15 – 19:15 Fitness Tanzsaal
27. – 31.7.		9:30 – 10:30 Seniorenfitness Tanzsaal 17:00 – 18:15 Seniorenfitness Einfeldhalle 18:00 – 19:00 Fitness Gymnastik 3 18:30 - 19:30 Uhr on Einfeldhalle	17:30 – 18:30 Pilates Tanzsaal (Kursgebühr 2,50/6,-) 18:45 – 19:45 Aroha Tanzsaal 20:00 – 22:00 Tischtennis Gymnastikraum1		17:00 – 18:00 Rückenfit Tanzsaal (Kursgebühr 2,50/6,-) 18:15 – 19:15 Fitness Tanzsaal
3. – 7.8.		17:00 – 18:15 Seniorenfitness Einfeldhalle 18:00 – 19:00 Fitness Gymnastik 3	17:30 – 18:30 Pilates Tanzsaal (Kursgebühr 3,-/7,-) 18:45 – 19:45 Aroha Tanzsaal		17:00 – 18:00 Rückenfit Tanzsaal (Kursgebühr 3,-/7,-) 18:15 – 19:15 Fitness Tanzsaal

		18:30 - 19:30 Uhr on Einfeldhalle	20:00 – 22:00 Tischtennis Gymnastikraum1		
10. – 14.8.		17:00 – 18:15 Seniorenfitness Einfeldhalle 18:00 – 19:00 Fitness Gymnastik 3 18:30 - 19:30 Uhr on Einfeldhalle	17:30 – 18:30 Pilates Tanzsaal (Kursgebühr 3,-/7,-) 18:45 – 19:45 Aroha Tanzsaal 20:00 – 22:00 Tischtennis Gymnastikraum1		17:00 – 18:00 Rückenfit Tanzsaal (Kursgebühr 3,-/7,-) 18:15 – 19:15 Fitness Tanzsaal
17. – 21.8.		9:30 – 10:30 Seniorenfitness Tanzsaal 17:00 – 18:15 Seniorenfitness Einfeldhalle 18:00 – 19:00 Fitness Gymnastik 3 18:30 - 19:30 Uhr on Einfeldhalle	17:30 – 18:30 Pilates Tanzsaal (Kursgebühr 3,-/7,-) Gymnastikraum1 18:45 – 19:45 Aroha Tanzsaal 20:00 – 22:00 Tischtennis Gymnastikraum1		17:00 – 18:00 Rückenfit Tanzsaal (Kursgebühr 3,-/7,-) 18:15 – 19:15 Fitness Tanzsaal
24. – 28.8.	10:30 – 11:30 Fitness Tanzsaal 17:45 – 18:45 bodyworkout/Fitness Einfeldhalle	9:30 – 10:30 Seniorenfitness Tanzsaal 17:00 – 18:15 Seniorenfitness Einfeldhalle 18:00 – 19:00 Fitness Gymnastik 3	17:30 – 18:30 Pilates Tanzsaal (Kursgebühr 3,-/7,-) 18:00 – 19:15 Yoga online (Kursgebühr 5,-/9,-) 18:45 – 19:45 Aroha Tanzsaal	18:15 – 19:30 bodyart Tanzsaal & online 19:45 – 21:00 Yoga Tanzsaal & online (Kursgebühr 5,-/9,-)	9:15 – 10:15 Pilates Tanzsaal (Kursgebühr 3,-/7,-) 10:30 – 11:30 Pilates Tanzsaal (Kursgebühr 3,-/7,-) 17:00 – 18:00 Rückenfit Tanzsaal (Kursgebühr 3,-/7,-)

	18:55 – 19:55 Rückenfitness Einfeldhalle & online (Kursgebühr 3,-/7,-)	18:30 - 19:30 Uhr on Einfeldhalle	20:00 – 22:00 Tischtennis Gymnastikraum1		16:30 – 18:00 Walken Parkplatz Blumen Schely 18:15 – 19:15 Fitness Tanzsaal
31. 8 – 1.9.	10:30 – 11:30 Fitness Tanzsaal 17:45 – 18:45 bodyworkout/Fitness Einfeldhalle 18:55 – 19:55 Rückenfitness Einfeldhalle & online (Kursgebühr 2,50/6,-)	9:30 – 10:30 Seniorenfitness Tanzsaal 17:00 – 18:15 Seniorenfitness Einfeldhalle 18:00 – 19:00 Fitness Gymnastik 3 18:30 - 19:30 Uhr on Einfeldhalle			