

Sporttreff Karower Dachse e.V. - Kursübersicht

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	Sonntag	
16:00-17:00	Eltern-Kind-Turnen 2-4 Jahre	08:15-09:00	REHA Orthopädie	08:30-09:15	Vitalgymnastik Hocker	16:00-17:00	Kinderturnen 6-7 Jahre	16:00-17:00	Eltern-Kind-Turnen 3-5 Jahre		09:30-10:30	Zumba
16:00-17:00	Trampolin ab 6 Jahre	09:15-10:00	REHA Orthopädie	09:30-10:15	REHA Orthopädie	16:00-17:00	Kindergarten- Fußball (4 Jahre)	16:00-17:00	Cheerdance 6-9 Jahre		10:00-12:00	Sonntagssport (ab 07.10.18)
16:45-17:45	Trampolin ab 6 Jahre	10:00-11:00	Yoga	10:15-11:15	Fit in den Tag	16:00-17:00	Trampolin ab 6 Jahre	17:00-18:00	Eltern-Kind-Turnen 3-5 Jahre		17:00-18:00	Fußball Jugend (Außenanlage)
17:00-18:00	Eltern-Kind-Turnen 2-4 Jahre	16:00-17:00	Elter-Kind-Turnen 1 - 2 Jahre	15:30-16:30	Bodyshape mit Baby	16:30-17:30	Vitalgymnastik	17:00-18:00	Cheerdance 9-12 Jahre		18:00-20:00	Fußball Ü18 (Außenanlage)
18:00-19:00	Handball	16:30-17:30	Hip Hop Kids I 6-10 Jahre	16:00-17:00	Fußball 5-8 Jahre	17:00-18:00	Trampolin ab 6 Jahre	18:00-19:00	Cheerdance ab 12 Jahre			
18:30-19:45	Yoga	16:00-17:30	Leichtathletik 6-12 Jahre	16:00-17:00	Mädchen-Fußball 1. - 3. Klasse	17:00-18:00	Kinderturnen 8-10 Jahre	18:00-19:00	Lauftreff			
19:00-20:00	Hockey 10-12- J.	17:00-18:00	Ballschule 5 - 8 Jahre	16:30-17:30	Kinderturnen 4-6 Jahre	17:00-18:00	Kinderturnen 4-6 Jahre	18:00-19:00	Handball			
19:00-20:00	Aerobik	17:30-18:30	Hip Hop Kids II 10-13 Jahre	17:00-18:00	Einrad Anfänger	17:45-18:45	Pilates	19:00-20:00	Badminton / TT Jugend			
20:00-21:00	Dance Aerobic	18:00-20:00	Rad sporttreff Schönerl.Weg/Panke	17:00-18:00	Fußball 9-14 Jahre	18:00-19:30	Leichtathletik 8-14 Jahre	19:00-20:00	Fit ins Wochenende			
20:00-21:00	Yoga	18:00-19:00	Fit Ü 50	17:30-18:30	Zirkusschule 7-13 Jahre	18:00-19:00	HIIT	20:00-22:00	Badminton Tischtennis			
20:00-22:00	Volleyball Ü18 Fortgeschritten	18:15-19:00	REHA Orthopädie	18:00-19:00	Einrad Fortgeschritten	18:00-19:30	Trampolin Erwachsene					
20:00-21:30	Volleyball Ü18 Just for Fun	18:30-19:30	Hip Hop Teens ab 13 Jahre	18:00-19:00	Step- Aerobic	18:45-19:45	Wirbelsäulen- gymnastik					
		19:00-20:00	Body & Balance	19:00-20:00	Workout	19:00-20:00	Zirkel- training					
		19:15-20:00	REHA Orthopädie	19:30-20:30	Kraftzirkel	19:30-22:00	Volleyball Ü18 Fortgeschritten					
		20:00-21:00	Bodyshape	20:00-20:30	Bauchexpress	19:30-20:30	Dance Workshop					
		20:00-21:30	Männer Fitness	20:00-22:00	Badminton Tischtennis	20:30-21:30	Modern Jazz Dance					
		20:00-21:00	Zumba									

Unsere Sportstätten
Sporthalle AHF Bedeweg 1
AULA AHF Bedeweg 1
Außentreffpunkte
Physiotherapie Kortschlag Achillesstraße 53
Geschäftsstelle
TURM Albatros Busonistr. 136
Robert-Havemann-Gym Achillesstr. 79
Grundschule Alt-Karow Bahnhofstr. 32
Kurs derzeit voll
ehemal. Hufeland Karower- Chaussee
Anmeldung per E-Mail über Geschäftsstelle