

Stadion

- 16:00 - 21:00 Uhr: Aikido, Basketball, Bouldern, Bullriding, Eishockey, Handball, Jonglieren, Judo, Kistenklettern, Lauftreff, Nordic Walking, Reiten, Rhönrad, Rudern, Rugby, RWTH GYM, Segeln, Shuffleboard, Ski, Slackline, Snowboard, Tischtennis, Torwandschießen, Trampolin, Turnen, Unterwasser Rugby, Windsurfen
- 19:00- 20:00 Uhr: Rugby
- 20:00- 21:00 Uhr: Ultimate Frisbee

Fitnesshalle I

- 16:00 - 17:00 Uhr: Modernes Sportkarate
- 17:00 - 18:00 Uhr: Shotokan Karate
- 18:00 - 19:00 Uhr: Ju-Jutsu
- 19:00 - 20:00 Uhr: Aikido
- 20:00 - 21:00 Uhr: Disco Fox

Fitnesshalle II

- 17:00 - 18:00 Uhr: Tischtennis
- 18:00 - 19:00 Uhr: Savate
- 19:00 - 20:00 Uhr: Arnis
- 20:00 - 21:30 Uhr: Spinning (mit Online-Anmeldung)

Gymnastikhalle

- 16:00- 17:00 Uhr: Hip Hop
- 17:00 - 18:00 Uhr: Tai Chi
- 18:00 - 19:00 Uhr: Kung-Fu
- 19:00 - 20:00 Uhr: Boxen
- 20:00 - 21:00 Uhr: Rock 'n' Roll

Sporthalle Königshügel

- 20:00- 21:00 Uhr: Fitness mit Musik

Schwimmhalle Ahornstraße

- 16:00- 17:30 Uhr: Aquafitness
- 18:00- 19:00 Uhr: Aqua Pilates (mit Online-Anmeldung)

Gymnastikraum Ahornstraße

- 16:00- 17:00 Uhr: Entspannung/Stressbewältigung
- 17:15- 18:00 Uhr: Phantasiereisen
- 18:15- 19:00 Uhr: Achtsamkeit

Sporthalle Ahornstraße

- 19:15- 20:15 Uhr: Pilates Tanz

Tennisplatz

- 18:00- 19:00 Uhr: Cardio Tennis

Beachplatz

- 20:00 - 21:00 Uhr: Beachsoccer

