

Im oder am Sportlerheim des OSV in Scharbeutz, Fuchsberg 1a IRRTUM VORBEHALTEN

von	bis	Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
9:00	9:30							
9:30	10:00							
10:00	10:30		Trommeln mit Liza ab Januar	Nordic Walking draußen				
10:30	11:00							
11:00	11:30				Hatha-Yoga 11:00 bis 12:15			
11:30	12:00				Yin Yoga 12:15 bis 13:15			
12:00	12:30							
12:30	13:00							
13:00	13:30							
13:30	14:00							
14:00	14:30							
14:30	15:00							
						Kinderturnen nach Hengstenberg 2 Gruppen		
16:00	16:30	16:00 bis 18:30		Jugend 15:30 bis 17:00	FC-Scharbeutz Jugend 15:30 bis 17:00			
16:30	17:00	Reha OSV Elke 16:15 bis 17:15						E-Jugend FC-Scharbeutz 16:00 bis 18:30
17:00	17:30	Ü60 mit Elke 17:30 bis 18:30	Hip Hop Alter 8 bis 15 OSV	American Football Jugend	Vikings Jugend Football 17:00 bis 19:00	American Football Jugend	Cheerleader 2 Gruppen ab 17:15	
17:30	18:00							
18:00	18:30	Drums alive 18:30 bis 19:30						
18:30	19:00		Zumba					
19:00	19:30	Langhanteltraining						
19:30	20:00							
20:00	20:30	20:00 bis 21:00 mit Gudrun	Planung E-Sport	American Football Erwachsene	Muskeltraining 19:30 - 20:40	Reha Herz danach Reha Bewegung mit Torben		
20:30	21:00							
21:00	21:30			Freizeitfußball ab 19:00				
21:30	22:00							
22:00	22:30							
			Planung	Läuft im OSV auf dem Vorplatz	VHS	American F	Gemeinde	draußen