

Kursangebote & Stundenübersicht (Stand Juni 2026)

Uhrzeit/Wochentag	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<b>Vormittag</b>	09:00-09:45 Uhr	Orthopädie		Lungensport		
	10:00-10:45 Uhr	Orthopädie		Orthopädie		
	10:00-11:00 Uhr					FitMix
	11:00-11:45 Uhr			Orthopädie		
	11:45-12:45 Uhr					Halt Dich fit

<b>Nachmittag</b>	15:15-16:15 Uhr				Eltern-Kind-Turnen (bis 3 Jahre) - GS Vogelsang	
	16:00-16:45 Uhr		Lungensport			
	16:30-17:15 Uhr				Orthopädie	
	16:30-17:30 Uhr			Yoga Kinder (Infotag am 15.07., Starttermin folgt)		Kinderturnen (4-6 Jahre) - GS Vogelsang
	17:00-17:45 Uhr		Lungensport			
	17:30-18:15 Uhr	Orthopädie				
	17:45-18:45 Uhr				RückenFit	

<b>Abend</b>	18:00-19:00 Uhr			Herzsport (ab Juli 2026)		
	18:30-19:30 Uhr	Yoga Erwachsene Anfänger (ab 07.09.)	Zumba			
	19:00-20:00 Uhr	Intervalltraining (15.06. bis 31.08.)			Step-Aerobic	
	19:15-20:15 Uhr			FitMix		
	19:45-20:45 Uhr	Yoga Erwachsene Mittelstufe (ab 07.09.)				

<b>Farblegende</b>	Magenta	Grün	Orange	Blau	Neu/in Planung	
	Sonderprogramm mit begrenzter Laufzeit	Breitensport im BiB-Center	Rehasport im BiB-Center	Kinder- und Familienangebot in der Sporthalle Grundschule Gevelsberg-Vogelsang	Rehasport Neurologie	Rehasport Diabetes und PAVK