

# Hallenbelegungsplan Auf dem Hohen Ufer

Uhrzeit	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag/Sonntag	Uhrzeit			
10.00	<b>10.30 - 12.00 Uhr</b> Moderne Gymnastik + Fitness für Frauen Jörg Röttger			<b>9.15-10.15 Uhr</b> Rheuma-Liga Bremen Frau Susanne von Mark		<b>11.00-13.00 Uhr</b> HSG/Handball Fitness Hartmut Theuerkauff	10.00			
15.00				<b>10.45-12.15 Uhr</b> Fitness 50+ Jörg Röttger			<b>12.00 - 13.30 Uhr</b> HSG/Handball Fitness Hartmut Theuerkauff	15.00		
15.30	<b>15.30-17.30 Uhr</b> HSG/Handball Fitness Hartmut Theuerkauff					<b>15.30-17.30 Uhr</b> HSG/Handball Fitness Hartmut Theuerkauff	<b>14.15-16.15 Uhr</b> Rheuma-Liga Bremen Herr Plate			15.30
16.00							16.00			
16.30							16.30			
17.00							17.00			
17.30								<b>17.00 - 19.00 Uhr</b> Rehatraining Jens Meinhold ab 12.11.21		17.30
18.00										18.00
18.30	<b>18.00-20.00 Uhr</b> Fitness Ingo Thal, Jörg Madsen					<b>18.00-20.00 Uhr</b> Fitness Olaf Thöle	<b>17.30-20.00 Uhr</b> OLDIES Fitnessstruppe Olaf Thöle		<b>Sonntag</b>	18.30
19.00										19.00
19.30		19.30								
20.00		<b>19.30-20.30 Uhr</b> Fitness 50 + Ulli Reinke + W. Kahler			<b>19.30-21.30 Uhr</b> Selbstverteidigung Erwachsene Jörg Röttger	<b>11.00 - 12.00 Uhr</b> Fitness Barbara Bartel	20.00			
20.30							20.30			
21.00							21.00			
21.30							21.30			
22.00							22.00			