



## Unser Vereinsangebot kompakt in der Wochenübersicht, Stand 26.09.2019

Montag		
17:00 – 18:00	Modern Dance meets kreativer Kindertanz (7 – 11 J.)	KiTa Pänz
16:00 – 17:00	Kinderturnen (ab ca. 4 Jahre)	Mühlenfeldschule Sindorf
17:00 – 18:00	Kinderturnen (ab ca. 5 Jahre)	Mühlenfeldschule Sindorf
18:00 – 19:00	Kinderturnen (ab ca. 7 Jahre)	Mühlenfeldschule Sindorf
20:00 – 21:30	Gymnastik und Spiele für Erwachsene	Mühlenfeldschule Sindorf
16:10 – 16:50	Kinderschwimmen für Anfänger	Hallenbad Kerpen
16:50 – 17:30	Kinderschwimmen für Anfänger	Hallenbad Kerpen
16:15 – 17:00	Kinderschwimmen für Fortgeschrittene	Hallenbad Kerpen
17:00 – 17:45	Kinderschwimmen für Fortgeschrittene	Hallenbad Kerpen
17:45 – 18:30	Kinderschwimmen für Fortgeschrittene	Hallenbad Kerpen
18:30 – 20:00	Badminton für Jugendliche	Schulzentrum Horrem-Sindorf
18:30 – 20:30	Badminton für Erwachsene	Schulzentrum Horrem-Sindorf
20:00 – 21:30	Hallenfußball für Jugendliche u. Erwachsene	Schulzentrum Horrem-Sindorf
Dienstag		
15:45 – 16:45	Sitzgymnastik für Senioren	Turnhalle Schulstraße Kerpen
16:00 – 17:00	Kinderturnen (ab ca. 4 Jahre)	Ulrichschule Sindorf
17:00 – 18:00	Kinderturnen (ab ca. 5 Jahre)	Ulrichschule Sindorf
18:00 – 19:00	Kinderturnen (ab ca. 7 Jahre)	Ulrichschule Sindorf
19:00 – 20:15	Fit von Kopf bis Fuß für Damen	Ulrichschule Sindorf
20:15 – 21:30	Fit von Kopf bis Fuß	Ulrichschule Sindorf
16:00 – 17:00	Eltern-Kind-Turnen (1 – 3 Jahre)	Clemensschule Horrem
17:00 – 18:30	Volleyball und Fitness für Erwachsene	Clemensschule Horrem
18:30 – 20:00	Fit mit Step für Erwachsene	Clemensschule Horrem
20:00 – 21:30	Dance Aerobic und Workout	Clemensschule Horrem
17:30 – 18:00	Landtraining Wettkampfgruppe	Hallenbad Kerpen
18:00 – 19:30	Schwimmen Wettkampfgruppe	Hallenbad Kerpen
19:45 – 21:45	Badminton für Jugendliche ab 14 Jahre & Erwachsene	Schulzentrum Horrem-Sindorf
Mittwoch		
16:45 – 17:30	Kinderschwimmen (Wassergewöhnung)	Hallenbad Kerpen
17:30 – 18:15	Kinderschwimmen (Seepferdchen)	Hallenbad Kerpen
18:15 – 19:00	Kinderschwimmen (Seepferdchen)	Hallenbad Kerpen
19:00 – 19:45	Kinderschwimmen (Seepferdchen)	Hallenbad Kerpen
18:00 – 18:30	Landtraining Wettkampfgruppe	Hallenbad Kerpen
18:30 – 20:00	Schwimmen Wettkampfgruppe	Hallenbad Kerpen
16:45 – 17:45	Sitzgymnastik für Senioren	Ulrichschule Sindorf
20:00 – 21:30	Fitness für den Rücken für Erwachsene	Schulzentrum Horrem-Sindorf
Donnerstag		
08:30 – 09:30	Power Walking und Nordic Walking für Erwachsene	Wanderparkpl. zw. Horrem & Habelbrath
16:00 – 16:45	Schwimmen Wettkampfnachwuchs	Hallenbad Kerpen
16:00 – 17:30	Schwimmen Wettkampfgruppe	Hallenbad Kerpen
16:45 – 17:30	Landtraining Wettkampfnachwuchs	Hallenbad Kerpen
16:45 – 17:30	Kinderschwimmen für Fortgeschrittene	Hallenbad Kerpen
17:00 – 17:45	Kinderschwimmen für Anfänger	Hallenbad Kerpen
20:30 – 21:30	Freies Schwimmen für Erwachsene	Hallenbad Kerpen
20:30 – 21:30	Aquafitness/Wassergymnastik für Erwachsene	Hallenbad Kerpen
16:00 – 17:00	Eltern-Kind-Turnen (1 - 3 Jahre)	Ulrichschule Sindorf
17:00 – 18:00	Kinderturnen (4 - 5 Jahre)	Ulrichschule Sindorf
16:00 – 17:00	Eltern-Kind-Turnen (1 – 3 Jahre)	Rathausschule Horrem
17:00 – 18:00	Eltern-Kind-Turnen (1 – 3 Jahre)	Rathausschule Horrem
18:00 – 19:30	Aktivgymnastik für Erwachsene	Ulrichschule Sindorf
Freitag		
14:15 – 15:00	Kreativer Kindertanz (4 – 6 Jahre)	KiTa Pänz
15:00 – 15:45	Capoeira (4 – 6 Jahre)	KiTa Pänz
15:45 – 16:30	Kreativer Kindertanz (3 – 4 Jahre)	KiTa Pänz
16:45 – 17:30	Kreativer Kindertanz (5 – 7 Jahre)	KiTa Pänz
17:30 – 18:30	Capoeira (6 – 8 Jahre)	KiTa Pänz
16:00 – 17:00	Eltern-Kind-Turnen (1 - 3 Jahre)	Ulrichschule Sindorf
17:00 – 18:00	Eltern-Kind-Turnen (1 - 3 Jahre)	Ulrichschule Sindorf
16:00 – 17:00	Kinderschwimmen für Anfänger und Fortgeschrittene	Hallenbad Kerpen
18:00 – 18:30	Landtraining Wettkampfgruppe	Hallenbad Kerpen
18:30 – 20:30	Schwimmen Wettkampfgruppe	Hallenbad Kerpen
18:30 – 20:00	Sportabzeichen Training & Abnahme (nur Mai - Sep.)	Sportplatz Schulzentrum Horrem-Sindorf
16:30 – 18:00	Badminton für Kinder (10 - 14 Jahre)	Schulzentrum Horrem-Sindorf
19:45 – 21:45	Badminton für Erwachsene & Jugendliche (ab 14 Jahre)	Schulzentrum Horrem-Sindorf
19:00 – 21:30	Inline Skating	Schulzentrum Horrem-Sindorf
Samstag		
10:00 – 11:00	Schwimmen Wettkampfnachwuchs	Hallenbad Kerpen
10:00 – 11:00	Schwimmen Wettkampfgruppe (nur Team B)	Hallenbad Kerpen
11:00 – 13:00	Schwimmen Wettkampfgruppe (nur Team A)	Hallenbad Kerpen
13:00 – 14:30	Schwimmen Wettkampfgruppe	Hallenbad Kerpen
16:00 – 17:00	Kinderschwimmen für Fortgeschrittene	Hallenbad Kerpen
17:00 – 18:00	Kinderschwimmen für Fortgeschrittene	Hallenbad Kerpen
Sonntag		
09:30 – 10:30	Waldlauf und Walking für Erwachsene & Jugendliche	Parkplatz Friedhof Neubottenbroich
12:00 – 13:00	Kinderschwimmen für Fortgeschrittene	Hallenbad Kerpen
13:00 – 14:00	Kinderschwimmen für Fortgeschrittene	Hallenbad Kerpen
10:00 – 12:00	Freies Schwimmen für alle Mitglieder & Familien	Hallenbad Kerpen