

پیشنهاد دی جی کی وسنبرگ ای وی ۱۹۷							
روز هفته	زمان	ورزش / ورزش موضوعات		محل ساختمان			
دوشنبه	09:30 - 11:00	رقص در نیمه دوم زندگی		Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä		
	16:30 - 17:30	ورزش برای والدین و کودکان		Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.		
	17:30 - 18:30	خوردن حلقه		Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.		
	18:30 - 19:30	یوگا		Effeld	Bürgerhalle		
	20:00 - 21:30	گام، تایی بو، تاباتا		Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.		
	20:00 - 21:30	مناسب و سرگرم کننده -- برای همه		Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.		
	سه شنبه	15:00 - 16:30	جیمناستیک برای زنان بالای 50 سال		Effeld	Bürgerhalle	
		16:30 - 17:45	ورزش برای کودکان 4 تا 6		Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.	
		17:30 - 19:00	لیچناتلنتیک (اوریل - سپتامبر)		Orsbeck	Sportpark	
		17:30 - 19:00	دو میدانی (اکتبر - مارس) (Oktober - März)		Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.	
16:30 - 17:15		> (3 سال) ورزش برای والدین و کودکان		Orsbeck	Turnhalle		
17:15 - 18:00		< (3 سال) ورزش برای والدین و کودکان		Orsbeck	Turnhalle		
18:00 - 19:00		بسکتبال 6 - 14 سال		Wassenberg	Turnhalle 2 Bergstr.		
19:00 - 21:00		بسکتبال از 18 سال		Wassenberg	Turnhalle 2 Bergstr.		
19:30 - 21:00		تناسب اندام قدرت		Birgelen	Turnhalle Birgelen		
09:30 - 11:00		رقص در نیمه دوم زندگی		Wassenberg	Pfarrheim St. Georg		
چهارشنبه	09:30 - 10:30	ورزش در توانبخشی		Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä		
	10:45 - 11:45	ورزش در توانبخشی		Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä		
	17:00 - 18:30	جیمناستیک برای زنان بالای 50 سال		Wassenberg	Turnhalle 1 Berstr.		
	18:30 - 20:00	تناسب اندام بدن		Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.		
	14:30 - 16:00	توپ		Wassenberg	Pontorson platz		
	16:30 - 18:00	ورزش برای کودکان 4 تا 6		Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.		
	17:30 - 19:00	جیمناستیک برای روح		Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä		
	18:00 - 19:00	قدرت، رقص و سرگرمی		Birgelen	Turnhalle Birgelen		
	18:30 - 20:00	قدرت، رقص و سرگرمی		Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.		
	20:00 - 21:30	عملکردی بدن و توپ بازی		Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.		

جمعه	16:30	-	18:00	ورزش برای کودکان 7 ساله و بالا	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
	18:00	-	19:30	کاراته / گشین جیتسو / کودکان و نوجوانان	Wassenberg	Turnhalle 2 Bergstr.
	19:30	-	21:00	کاراته / گشین جیتسو / کودکان و نوجوانان	Wassenberg	Turnhalle2 Bergstr.
	17:00	-	18:30	کاراته / گشین جیتسو / کودکان و نوجوانان	Orsbeck	Sportpark
	18:00	-	19:30	دو و میدانی (Oktober - März)	Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.
نشان ورزشی	17:00	-	19:30	لیچتاتلیک (آوریل - سپتامبر)	Orsbeck	Sportpark
رنجر - کودکان و نوجوانان	14:00	-	16:00	لیچتاتلیک بیشتر در	Wildenrath	NABU