

Stand: 14.08.2023	пропозиція DJK Wassenberg e.V. 1979					
	Будній день	Час		Теми спорту/фізичних вправ	Розташувати	Будівля
	Понеділок	09:30	-	11:00	Танці у 2-му півріччі життя	Wassenberg
	16:30	-	17:30	Фізичні вправи для батьків і дітей	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
	17:30	-	18:30	Хула-хуп	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
	18:30	-	19:30	Йога	Effeld	Bürgerhalle
	20:00	-	21:30	Степ, Тай Бо, Табата	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
	20:00	-	21:30	FIT and Fun – для всіх	Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.
Вівторок	15:00	-	16:30	Гімнастика для жінок після 50	Effeld	Bürgerhalle
	16:30	-	17:45	Вправа для дітей 4 – 6 років	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
	17:30	-	19:00	Атлетика (квітень – вересень)	Orsbeck	Sportpark
	17:30	-	19:00	Атлетика (жовтень – березень)	Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.
	16:30	-	17:15	Фізичні вправи для батьків і дитини (< 3 роки)	Orsbeck	Turnhalle
	17:15	-	18:00	Фізичні вправи для батьків і дитини (> 3 роки)	Orsbeck	Turnhalle
	18:00	-	19:00	Баскетбол 6 – 14 років	Wassenberg	Turnhalle 2 Bergstr.
	19:00	-	21:00	Баскетбол від 18 років	Wassenberg	Turnhalle 2 Bergstr.
	19:30	-	21:00	Силовий фітнес	Birgelen	Turnhalle Birgelen
Середа	09:30	-	11:00	Танці у 2-му півріччі життя	Wassenberg	Pfarrheim St. Georg
	09:30	-	10:30	Вправи в реабілітації	Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä
	10:45	-	11:45	Вправи в реабілітації	Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä
	17:00	-	18:30	Гімнастика для жінок після 50	Wassenberg	Turnhalle 1 Berstr.
	18:30	-	20:00	Бодіфітнес	Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.
Четвер	14:30	-	16:00	Булі	Wassenberg	Pontorson platz
	16:30	-	18:00	Вправа для дітей 4 – 6 років	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
	17:30	-	19:00	Гімнастика для хребта	Wassenberg	Pfarrheim St. Mariä
	18:00	-	19:00	Сила, танець і веселощі	Birgelen	Turnhalle Birgelen
	18:30	-	20:00	Степ, Тай Бо, Табата	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.

		20:00	-	21:30	Функціональна гімнастика та гра з м'ячем	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
П'ятниця		16:30	-	18:00	Фізичні вправи для дітей від 7 років	Wassenberg	Turnhalle Kirchstr.
		18:00	-	19:30	Карате / Гошин джитсу / Діти	Wassenberg	Turnhalle 2 Bergstr.
		19:30	-	21:00	Карате / Гошин джитсу / Дорослий	Wassenberg	Turnhalle2 Bergstr.
		17:00	-	18:30	Атлетика (квітень – вересень)	Orsbeck	Sportpark
		18:00	-	19:30	Атлетика (жовтень – березень)	Wassenberg	Turnhalle 1 Bergstr.
Спортивний значок		17:00	-	19:30	Атлетика (квітень – вересень)	Orsbeck	Sportpark
Рейнджер – Діти		14:00	-	16:00	Більше на www.wassenberg.de	Wildenrath	NABU