Zeit	Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag	
	Halle 1	Halle 2	MZR	Halle 1	Halle 2	MZR	Halle 1	Halle 2	MZR	Halle 1	Halle 2	MZR	Halle 1	Halle 2
08:00							Kindergarten Wachendorf							
08:30				Delmewerkstätten										
09:00										Fit am Morgen				
09:30														
10:00							Krabbelturnen		Früh-sport					
10:30	Kindergarten Grashüpfer												Trialoggruppe	
11:00				Body-workout										
11:30														
12:00														
12:30														
13:00														
13:30														
14:00														
14:30														
15:00														
15:30													Fußball- Minikicker	
16:00	Eltern- Kind- Turnen bis 16:45 Uhr					Senioren-sport								
16:30				Abenteuerturnen										
17:00										Fußball Jahrgang 2009				
17:30	Kindertanzen			Jugendfeuerwehr									Fußball Jahrgang 2012	
18:00							Pilates 17:45 bis 19:00 Uhr							
18:30			Qigong						Heigln (draußen)					
19:00	Zumba Fitness			Body-forming						Quebbemann WBS	Rückenfit			
19:30														
20:00	Tisch-tennis			Yoga		Natural-Intelligent-Movements							Tisch-tennis	
20:30										Fußball- Herren				
21:00														
21:30														