



## Trainingszeiten ab Januar 2010



| Uhrzeit        | Montag   | Dienstag  | Mittwoch  | Donnerstag  | Freitag   | Samstag                                  | Sonntag                                  | Sonntag                        | Uhrzeit  |                |
|----------------|--|---|---|---|---|--|--|--------------------------------|--|----------------|
| von<br>bis     | Kleiner Saal<br>Haus der Jugend                      | Großer Saal<br>Haus der Jugend  | Terrassensaal<br>Haus der Jugend  | Titus - Forum<br>(Nordwestzentrum)  |   | PHÖNIX<br>Seniorenzentrum<br>Tausenblick | PHÖNIX<br>Seniorenzentrum<br>Tausenblick | Großer Saal<br>Haus der Jugend | von<br>bis   |                |
| 15:00<br>18:00 | 15:00 - 23:00 Uhr<br><br>Freies Training<br>für alle | 16:00 - 18:00 Uhr<br><br>Freies Training<br>für alle                            |   |   |   |  |  |                                | 15:00<br>18:00   |                |
| 18:00<br>19:00 |  | 18:00 - 19:00 Uhr<br><br>Freies Training<br>für alle                            | 18:00 - 20:00 Uhr   | 18:00 - 19:00 Uhr<br><br>Freies Training<br>für alle                          |   | 18:30 - 22:30 Uhr                        | 18:30 - 22:30 Uhr                        | 18:00 - 23:00 Uhr              | 18:00<br>19:00   |                |
| 19:00<br>20:00 |  | 19:00 - 20:00 Uhr<br><br>Gruppentraining<br><b>Standard</b><br>( B/A - Klasse ) | Freies Training<br>für alle   | 19:00 - 20:00 Uhr<br><br>Gruppentraining<br><b>Latein</b><br>( D/C - Klasse ) |   |  |  |                                | 19:00<br>20:00   |                |
| 20:00<br>21:00 |  | Freies Training<br>für alle   | 20:00 - 21:00 Uhr<br><br>Gruppentraining<br><b>Standard</b><br>( D/C - Klasse ) | 20:00 - 22:00 Uhr   | <b>Endrunde Latein</b><br><br>20:15 - 21:15 Uhr<br><br>Gruppentraining<br><b>Latein</b><br>( B/A/S - Klasse ) |  | Freies Training<br>für alle              | Freies Training<br>für alle    | Freies Training<br><b>bevorzugt Standard</b><br>für alle | 20:00<br>21:00 |
| 21:00<br>22:00 |  |   | 21:00 - 23:00 Uhr   | Breitensportgruppe  | 21:15 - 23:00 Uhr   |  |  |                                |  | 21:00<br>22:00 |
| 22:00<br>23:00 |  |   | Freies Training<br>für alle   | 22:00 - 23:00 Uhr<br><br>Freies Training<br>für alle                          | Freies Training<br>für alle   |  |  |                                |  | 22:00<br>23:00 |