

Sport im Park 2024

Vlotho – 06.07. - 18.08.2024

Datum	Uhrzeit	Kurs	Leitung	Sportstätte	Bemerkung
Sa., 06.07.24	9 - 10 Uhr	Pilates	Karin (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
	10 - 11 Uhr	Pilates	Karin (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
Mo., 08.07.24	18:30 - 20 Uhr	Pilates	Rebecca (TuS Bonneberg)	Jahnstadion (Vlotho), Oeynhausener Str., 32602 Vlotho	
Di., 09.07.24	14:45 - 16 Uhr	Fit im Alter	Karin (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
	19 - 20 Uhr	Body Workout (Cardio in Form von Aerobic)	Melanie (TuS Bonneberg)	Jahnstadion (Vlotho), Oeynhausener Str., 32602 Vlotho	
Mi., 10.07.24	16:30 - 17:30 Uhr	Hip Hop Tanz	Jenny (ETV Valdorf)	Schulhof der Hans-Schwarze Grundschule, Topsundernweg 18, 32602 Vlotho	für Kids ab 6 J., gern mit den Eltern oder allein, aber auch für Erwachsene
	18:30 - 19:30 Uhr	Walken	Sabine und Anja (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
Sa., 13.07.24	9 - 10 Uhr	Pilates	Karin (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
	10 - 11 Uhr	Pilates	Karin (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
Mo., 15.07.24	18:30 - 20 Uhr	Pilates	Rebecca (TuS Bonneberg)	Jahnstadion (Vlotho), Oeynhausener Str., 32602 Vlotho	
Di., 16.07.24	14:45 - 16 Uhr	Fit im Alter	Karin (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
	18 - 20 Uhr	Cheerleading	Tim (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
Mi., 17.07.24	18:30 - 19:30 Uhr	Walken	Sabine und Anja (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
Sa., 20.07.24	9 - 10 Uhr	Pilates	Karin (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
	10 - 11 Uhr	Pilates	Karin (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
Di., 23.07.24	10 - 11 Uhr	Walken	Sabine und Anja (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	



Di., 23.07.24	19 - 20 Uhr	Body Workout	Melanie (TuS Bonneberg)	Jahnstadion (Vlotho), Oeynhausener Str., 32602 Vlotho	
Do., 25.07.24	18:30 - 19:15 Uhr	Wir gegen den Schweinehund	Verena (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	Gymnastikmatte mitbringen
Di., 30.07.24	18 - 20 Uhr	Cheerleading	Tim (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
	19 - 20 Uhr	Body Workout	Melanie (TuS Bonneberg)	Jahnstadion (Vlotho), Oeynhausener Str., 32602 Vlotho	
Do., 01.08.24	18:30 - 19:15 Uhr	Wir gegen den Schweinehund	Verena (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	Gymnastikmatte mitbringen
So., 04.08.24	ab 11 Uhr	Boule	Rainer und Jörg (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
Di., 06.08.24	18 - 20 Uhr	Cheerleading	Tim (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
Do., 08.08.24	18:30 - 19:15 Uhr	Wir gegen den Schweinehund	Verena (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	Gymnastikmatte mitbringen
So., 11.08.24	ab 11 Uhr	Boule	Rainer und Jörg (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
Di., 13.08.24	18 - 20 Uhr	Cheerleading	Tim (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	
Do., 15.08.24	18:30 - 19:15 Uhr	Wir gegen den Schweinehund	Verena (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	Gymnastikmatte mitbringen
So., 18.08.24	ab 11 Uhr	Boule	Rainer und Jörg (SGE Exter)	Sportpark Exter, Parkplatz Steinbrinkstrasse	

