Hallenbelegung

TV JAHN WOLFSBURG

Stand:
28.10.2026

Sportzentrum am Jahn-Stadion

Montag

08.45 - 09.45 Uhr	Yoga	Silvia	Halle 3
11.00 - 12.00 Uhr	Faszientraining	Olga	Halle 1
11.15 - 12.15 Uhr	präventive Wirbelsäulengymnastik	Silvia	Halle 3
15.15 - 16.00 Uhr	Street-/ Videoclipdance Ü4	Stefan	Halle 3
16.00 - 17.00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen 1-3 Jahre	Ivana	Halle 1
16.00 - 17.00 Uhr	Street-/ Videoclipdance Ü9	Alicia/ Nelly	Halle 2
16.00 - 17.00 Uhr	Street-/ Videoclipdance Ü6	Stefan	Halle 3
17.00 - 18.00 Uhr	Body Workout	Marion	Halle 3
17.00 - 18.00 Uhr	Yoga	Silvia	Halle 1
18.00 - 19.00 Uhr	Body Workout	Marion	Halle 3
18.15 - 19.15 Uhr	Yoga	Silvia	Halle 1
19.15- 20.15 Uhr	Jumping Fitness (zeitlich befristeter Kursus)	Luisa	Halle 3
20.00 - 21.00 Uhr	Fitnessboxen Erwachsene (ab 18 Jahren)	Petra	Halle 1

Dienstag

09.00 - 10.00 Uhr	präv. Wirbelsäulengymnastik	Sabina	Halle 1
09.00 - 10.00 Uhr	Zumba Gold	Stefan	Halle 3
11.00 - 12.00 Uhr	Hocker-Yoga	Silvia	Halle 3
16.30 - 17.15 Uhr	Hockergymnastik (auf Anfrage)	Nele	Halle 1
16.00 - 17.00 Uhr	Street-/ Videoclipdance Ü6	Alicia/ Nelly	Halle 2
16.00 - 17.00 Uhr	Street-/ Videoclipdance Ü9	Stefan	Halle 3
16.15 - 17.15 Uhr	Laufdetektive	Ivana	Jahn-Stadion
17.00 - 18.00 Uhr	präventive Wirbelsäulengymnastik	Ruth	Halle 2
17.00 - 18.00 Uhr	Street-/ Videoclipdance Ü12	Stefan	Halle 3
17.30 - 18.30 Uhr	Orientierungslauf Jugend	Ivana	Jahn-Stadion
18.00 - 19.00 Uhr	Kickboxen Kinder	Petra/ Miriam	Halle 1
18.00 - 19.00 Uhr	Street-/ Videoclipdance Ü16 & Erwachsene Ü20/Ü	Stefan	Halle 3
19.00 - 20.00 Uhr	Zumba	Stefan	Halle 3
19.15 - 21.00 Uhr	Kickboxen ab 15 Jahre & Erwachsene	Petra/ Miriam	Halle 1

Mittwoch

09.00 - 10.00 Uhr	präventive Wirbelsäulengymnastik	Nico	Halle 3
09.30 - 10.30 Uhr	Yoga	Silvia	Halle 1
10.15 - 11.00 Uhr	Schulter-Nacken-Training	Evelyn	Halle 2
10.45 - 11.45 Uhr	Pilates	Silvia	Halle 1
11.00 - 12.00 Uhr	Fit-Gymnastik	Evelyn	Halle 2
15.45 - 16.45 Uhr	Body & Mind	Evelyn	Halle 1
16.30 - 17.30 Uhr	HIIT & CORE	Marion	Halle 3
16.45 - 17.45 Uhr	präventive Wirbelsäulengymnastik	Evelyn	Halle 1
17.30 - 18.30 Uhr	Zumba	Madeleine	Halle 3
17.45 - 19.00 Uhr	Strong Work	Marion	Halle 2
19.00 - 20.00 Uhr	präventive Wirbelsäulengymnastik (Ballspiel)	Nele	Halle 1
19.00 - 20.00 Uhr	Modern Line Dance (Anfänger)	Pat	Halle 2
20.00 - 21.00 Uhr	Hola-Hoop-Fitness (zeitlich befristeter Kursus)	Mareike	Halle 3

Donnerstag

09.00 - 10.00 Uhr	Zumba Gold	Stefan	Halle 3
09.15 - 10.00 Uhr	Schulter-Nacken-Training	Sabina	Halle 2
10.30 - 11.30 Uhr	präventive Wirbelsäulengymnastik	Sabina	Halle 3
12.00 - 12.45 Uhr	Hockergymnastik (auf Anfrage)	Sabina	Halle 3
15.45 - 16.45 Uhr	Eltern-Kind-Turnen 1-3 Jahre	Ivana	Halle 1
16.00 - 17.00 Uhr	Qigong	Klaus	Halle 3
16.45 - 17.45 Uhr	Kinderturnen 4-6 Jahre	Ivana	Halle 1
17.00 - 18.00 Uhr	Pilates	Silvia	Halle 3
17.30 - 18.30 Uhr	Jumping Fitness (zeitlich befristeter Kursus)	Sarah	Halle 2
17.45 - 19.00 Uhr	Kickboxen (8-13 Jahre)	Saleem/ Petra	Halle 1
18.00 - 19.00 Uhr	Fatburner Workout	Marion	Halle 3
19.15 - 20.15 Uhr	Jumping Fitness (zeitlich befristeter Kursus)	Luisa	Halle 2
19.00 - 20.00 Uhr	Workout complete	Marion	Halle 3
19.00 - 21.00 Uhr	Kickboxen (ab 14 Jahren)	Petra	Halle 1

TV JAHN WOLFSBURG

Freitag

09.15 - 10.15 Uhr	Body Workout	Silvia	Halle 2
10.30 - 11.30 Uhr	Jumping Fitness (zeitlich befristeter Kursus)	Sarah	Halle 2
10.45 - 11.45 Uhr	Pilates	Silvia	Halle 3
15.00 - 16.00 Uhr	präventive Wirbelsäulengymnastik	Stefan	Halle 3
15.45 - 16.45 Uhr	Pilates	Silvia	Halle 1
16.00 - 17.00 Uhr	Modern Dance	Alexandra	Halle 2
16.00 - 17.00 Uhr	Street-/ Videoclipdance Ü6	Stefan	Halle 3
17.00 - 18.00 Uhr	Body Workout	Silvia	Halle 1
17.00 - 18.00 Uhr	Street-/ Videoclipdance (Showgruppe)	Veronica	Halle 2
17.00 - 18.00 Uhr	Street-/ Videoclipdance Ü9/ Ü12, Level 2	Stefan	Halle 3
18.00 - 19.00 Uhr	Street-/ Videoclipdance Ü16/Ü20, Level 2	Stefan	Halle 3
18.00 - 19.30 Uhr	Modern Line Dance	Pat	Halle 2
18.00 - 19.30 Uhr	Power Workout mit Sixpack-Special	Marion	Halle 1
19.30 - 21.00 Uhr	Kickboxen (12- 17 Jahre)	Saleem	Halle 1
19.00 - 20.00 Uhr	Street-/ Videoclipdance Erwachsene Ü20/Ü30/Ü40	Stefan	Halle 3
20.00 - 21.00 Uhr	Zumba	Stefan	Halle 3

Samstag

12.30 - 14.00 Uhr	Kickboxen Kids + Jugend (Wettkampftraining)	Saleem/ Petra	Halle 1
14.00 - 16.00 Uhr	Kickboxen ab 14 Jahren (Wettkampftraining)	Petra/ Andreas	Halle 1

Sonntag

10.00 - 13.00 Uhr	Street-/ Videoclipdance (Showgruppe)	Stefan	Halle 3
10.00 - 11.30 Uhr	Street-/ Videoclipdance (Showgruppe)	Stefan	Halle 2
10.30 - 12.30 Uhr	Street-/ Videoclipdance (Showgruppe)	Lara	Halle 1
17.00 - 18.30 Uhr	Salsa Cubana (zeitlich befristeter Kursus)	Cosimo	Halle 3
18.30 - 19.30 Uhr	Hot Iron	Bettina	Halle 2
18.30 - 20.00 Uhr	Salsa Cubana (zeitlich befristeter Kursus)	Cosimo	Halle 3