

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag | | | |
|-----------|--|---|--|--|--|---|--|--|---|---|
| 8.00 Uhr | | | | | | | | | | |
| 8.15 Uhr | | | | | | | | | | |
| 8.30 Uhr | | | | | | | | | | |
| 8.45 Uhr | | | | | | | | | | |
| 9.00 Uhr | 9.00 - 9.45 Uhr Reha Nina | Pestalozzi | Pestalozzi | 8.45 - 9.30 Uhr Reha Hakan | 9.00 - 9.45 Uhr Reha Nina | | | | | |
| 9.15 Uhr | | | | | | | | | | |
| 9.30 Uhr | | | | | | | | | | |
| 9.45 Uhr | | | | | | | | | | |
| 10.00 Uhr | 10.00 - 11.15 Uhr Rückbildung Nadine | | | | | | 9.45 - 10.30 Uhr Reha Hakan | 10.00 - 10.45 Uhr Pilates Nina | 10.00 - 10.45 Uhr bellicon® Kids Nina | 10.00 - 10.45 Uhr YogaKids Luca |
| 10.15 Uhr | | | | | | | 10.35 - 11.20 Babyfitness II Pinar | | | |
| 10.30 Uhr | | | | | | | | | | |
| 10.45 Uhr | | | | | | | | | | |
| 11.00 Uhr | | | | | | | | 11.00 - 11.45 Uhr Body Shape Nina | | 11.00 - 12.00 Uhr YogaBalance Tanja |
| 11.15 Uhr | | | | | | | | | | |
| 11.30 Uhr | 11.30 - 12.15 Uhr Pilates Nina | | | 11.25 - 12.10 Uhr Babyfitness III Pinar | | 11.30 - 12.30 Uhr Parcour (4 bis 6 Jahre) Nina | 11.30 - 12.30 Uhr Parcour (7 bis 9 Jahre) Dominik | | | |
| 11.45 Uhr | | | | | | | | | | |
| 12.00 Uhr | | | | | | | | | | |
| 12.15 Uhr | | | | | | | | | | |
| 12.30 Uhr | | | | | | 12.30 - 13.30 Uhr Parcour (4 bis 6 Jahre) Nina | 12.30 - 13.30 Uhr Parcour (8 bis 10 Jahre) Dominik | | | |
| 12.45 Uhr | | | | | | | | | | |
| 13.00 Uhr | | | | | | | | | | |
| 13.15 Uhr | | 13.00 - 14.00 Uhr Eltern-Kind-Turnen Pinar | | | | | 13.00 - 14.00 Uhr bellicon® Jumping Kerstin | | | |
| 13.30 Uhr | | | | | | 13.30 - 14.30 Uhr Parcour (4 bis 6 Jahre) Nina | 13.30 - 14.30 Uhr Parcour (4 bis 6 Jahre) Dominik | | | |
| 13.45 Uhr | | | | | | | | | | |
| 14.00 Uhr | | 14.00 - 15.00 Uhr Eltern-Kind-Turnen Pinar | | 14.00 - 15.00 Uhr Eltern-Kind-Turnen Pinar | | | | | | |
| 14.15 Uhr | | | | | | | | | | |
| 14.30 Uhr | | | | | | | | | | |
| 14.45 Uhr | | | | | | 14.30 - 15.30 Uhr Eltern-Kind-Turnen Saskia | | | | |
| 15.00 Uhr | 15.00 - 16.00 Uhr Parcour (4 bis 6 Jahre) Pinar | 15.00 - 16.00 Uhr Parcour (6 bis 8 Jahre) Denis | | 15.00 - 16.00 Uhr Parcour (4 bis 6 Jahre) Pinar | 15.00 - 16.00 Uhr Parcour (5 bis 7 Jahre) Nina | 15.00 - 16.00 Uhr Parcour (4 bis 6 Jahre) Pinar | 15.00 - 16.00 Uhr Parcour (6 bis 8 Jahre) Dimi | | | |
| 15.15 Uhr | | | | | | | | | | |
| 15.30 Uhr | | | 15.30 - 16.30 Uhr Parcour (4 bis 7 Jahre) Luca | 15.30 - 16.30 Uhr Parcour (4 bis 7 Jahre) Luca | 15.30 - 16.30 Uhr TKD (4 bis 6 Jahre) Pinar | | 15.30 - 16.30 Uhr Eltern-Kind-Turnen Saskia | | | |
| 15.45 Uhr | | | | | | | | | | |
| 16.00 Uhr | 16.00 - 17.00 Uhr Parcour (5 bis 7 Jahre) Pinar | 16.00 - 17.00 Uhr Parcour (7 bis 10 Jahre) Denis | 16.30 - 17.30 Uhr TKD (4 bis 6 Jahre) Pinar | 16.00 - 17.00 Uhr Parcour (5 bis 8 Jahre) Pinar | 16.00 - 17.00 Uhr Parcour (8 bis 10 Jahre) Nina | 16.00 - 17.00 Uhr Parcour (4 bis 5 Jahre) Pinar | 16.00 - 17.00 Uhr Parcour (8 bis 10 Jahre) Dimi | | | |
| 16.15 Uhr | | | | | | | | | | |
| 16.30 Uhr | | | | | | | | | | |
| 16.45 Uhr | | | | | | | 16.00 - 17.30 Uhr Kickboxen (ab 12 Jahre) Nico/Sami | | | |
| 17.00 Uhr | 17.00 - 18.00 Uhr TKD (4 bis 6 Jahre) Pinar | 17.00 - 18.0 Uhr TKD NWTU Fatih | | | | | | | | |
| 17.15 Uhr | | | | | | | | | | |
| 17.30 Uhr | | | | | | | | | | |
| 17.45 Uhr | | | 17.30 - 18.30 Uhr TKD (9 bis 12 Jahre) Alperen/Emir | 17.00 - 18.30 Uhr TKD NWTU Fatih | 17.30 - 18.30 Uhr TKD (9 bis 12 Jahre) Alperen/Emir | 17.30 - 18.30 Uhr bellicon® Jumping Kerstin | 17.30 - 18.30 Uhr Kickboxen Erwachsene Nico | | | |
| 18.00 Uhr | | | | | | | | | | |
| 18.15 Uhr | 18.15 - 19.00 Uhr Step-/HIIT-Aerobic Kerstin | 18.15 - 19.00 Uhr bellicon® Kids Sabrina | | | | | | | | |
| 18.30 Uhr | | | | | | | | | | |
| 18.45 Uhr | | | | | | | | | | |
| 19.00 Uhr | | | 18.30 - 19.30 Uhr TKD (ab 12 Jahren) Alperen | 18.30 - 20.00 Uhr Kickboxen Erwachsene Sascha | 18.30 - 19.30 Uhr TKD (ab 12 Jahren) Alperen | 18.30 - 20.00 Uhr Kickboxen (7 bis 11 Jahre) Sami/Emir | 18.30 - 20.00 Uhr Kickboxen (ab 12 Jahre) Nico/Sami | 18.30 - 20.00 Uhr Kickboxen Erwachsene Sascha | | |
| 19.15 Uhr | 19.05 - 20.05 Uhr bellicon® Jumping Kerstin | | | | | | | | | |
| 19.30 Uhr | | | | | | | | | | |
| 19.45 Uhr | | | | | | | | | | |
| 20.00 Uhr | | 20.00 - 20.45 Uhr Reha Nina | | 20.00 - 21.00 Uhr Zumba Janina | 20.00 - 21.30 Uhr Wing Chun Marco | 20.00 - 21.00 Uhr Kickboxen Erwachsene Nico | | | | |
| 20.15 Uhr | | | | | | | | | | |
| 20.30 Uhr | | | 20.15 - 21.15 Uhr bellicon® Jumping meets ShadowBoxer Kerstin | | | | | | | |
| 20.45 Uhr | | | | | | | | | | |
| 21.00 Uhr | 20.45 - 21.45 Uhr Grappling Haucki | | | | | | | | | |
| 21.15 Uhr | | | | | | | | | | |
| 21.30 Uhr | | | | | | | | | | |
| 21.45 Uhr | | | | | | | | | | |
| 22.00 Uhr | | | | | | | | | | |