

| 3. Woche | | Sommerferienprogramm 2024 Kieler Turnerbund Brunswik von 1899 e.V. | | | | |
|-------------------|--|--|--|-----------------------------------|--|---------------------------|
| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
| 05.08.-11.08.2024 | 8.00-9.00 KIELLINIE Yoga am Morgen | 9.00 - 10.00 VH Wirbelsäulengymnastik im Sitzen und Stehen | 9.45-10.45 Vh Kogni-Fit | | 9.30-10.30 GH Allg.Gymnastik | |
| | 09.00-10.00 VH Gymnastik | 10.00 -11.00 VH Wirbelsäulengymnastik | 10.00-13.00 St. Andrews Basketballspañ für Mädchen 8-12 J. | 11.00-12.00 VH Mama- und Babyfit | | |
| | 10.00-13.00 St. Andrews Basketballspañ 8-12 J. | 11.00 - 12.00 VH Wirbelsäulengymnastik | 11.00-12.00 VH FitmacherGym im Sitzen | | | |
| | | | 12.15-13.15 VH ActiveFit&Mobility | | | 11.00-13.00 Heb Badminton |
| | 15.00-17.00 St. Andrews Parkour | | 15.30-17.00 GP Leichtathletik U 12 | | 15.30-17.00 GH Parkour 8-11 J. | |
| | 16.00-17.00 Heb Familienturnen | | 16.00-17.00 Gpl Leichtathletik 4-7 J. | | 16-00-17-00 HB Familienturnen | |
| | 16.30-18.00 GH Einrad | 15.30-16.45 Gpl Fußballspass 6-8 J. | 16.00-17.00 GH Familienturnen | | | |
| | 17.00-17.55 Heb2 Bodytoning | 16.00-17.00 GH Familienturnen 1-5 J. | 15.30-17.00 Gpl Leichtathletik 8-11J. | | 17.00-17.55 Heb2 Pilates | |
| | 17.30-18.30 Gpl HIIT | | 17.00-18.30 Gpl Leichtathletik U 14 | | 18.00-19.00 Heb 2/GYM Rücken- und Bauchfit | |
| | 17.00-18.30 Gpl Leichtathletik 8-11 J. | 18.00-19.00 FORSTI Qi-Gong | 18.00-19.00 Gpl/Heb1 HIIT | 18.00-19.00 FORSTI Qi-Gong | 17.30-19.00 VH Yoga für Männer | |
| | | | 18.00-19.00 Heb1 Dance-Workout | 18.00-19.00 VH Health & Stretch | | |
| KW 32 | | | 18.00-19.00 YR/VH und ONLINE Pilates | 19.00-20.00 GH Functional Fitness | | |
| | | | 19.10-20.40 YR/VH und ONLINE Yoga | | | |
| | | | 19.30-21.00 GH Jazz Dance | | | |
| | 20.00-21.30 GH Jazz Dance | | 20.00-21.00 VH Fasziens-Training | | | |