

| | Sommerferienprogramm 2024 Kieler Turnerbund Brunswik von 1899 e.V. | | | | | |
|-------------------|--|--|--|--------------------------------------|---------------------------------------|--------------------------------|
| 4. Woche | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
| 12.08.-18.08.2024 | 09.00-10.00 VH Gymnastik | 9.00 - 10.00 VH Wirbelsäulengymnastik | 9.45-10.45 Vh Kogni-Fit | | 9.30-10.30 GH Allg.Gymnastik | |
| | | 10.00 -11.00 VH Wirbelsäulengymnastik | 11.00-12.00 VH FitmacherGym im Sitzen | | 10.45-11.45 VH Yoga im Sitzen | 10.00-11.00 Heb Familienturnen |
| | | 11.00 -12.00 VH Wirbelsäulengymnastik | 12.15-13.15 VH ActiveFit&Mobility | | 15.30-17.00 VH Yin Yoga | 11.00-13.00 Heb Badminton |
| | 15.00-17.00 St. Andrews Parkour | | | | 15.30-17.00 GH Parkour 8-11 J. | |
| | 15.30-17.00 YR Yoga | | 15.30-17.00 Gpl Leichtathletik 8-11 J. | | 16-00-17-00 Heb Familienturnen | |
| | 16.00-17.00 Heb Familienturnen | 15.30-16.45 VH Aikido für Kinder und Jugendliche 7-14 J. | 18.00-19.00 Gpl/Heb1 HIIT | | 17.00-17.55 Heb2 Pilates | |
| | 17.00-17.55 Heb2 Bodytoning | 15.30-16.45 Gpl Fußballspass 6-8 J. | 18.00-19.00 Heb1 Zumba | | 18.00-19.00 Heb2 Rücken- und Bauchfit | |
| KW 33 | 17.30-18.30 Gpl HIIT | 16.00-17.00 GH Familienturnen | 18.00-19.00 YR/VH und ONLINE Pilates | 18.00-19.00 VH Health & Stretch | 17.30-19.00 VH Yoga für Männer | |
| | 17.00-18.30 Gpl Leichtathletik 8-11 J. | 18.00-19.00 FORSTI Qi-Gong | 19.10-20.40 YR/VH und ONLINE Yoga | 19.00-20.00 Gh Functional Fitness | | |
| | 19.00-20.30 VH Aikido und Meditation | 18.30-19.30 GH Dance-Fit | 20.00-21.00 VH Faszien-Training | 19.00-20.30 VH Aikido und Meditation | | |
| | 20.00-21.30 GH Jazzdance | | 20.00-21.30 GH Jazzdance | | | |