

ORT	WSR 1	WSR2	WSR3	WSR4
Station 1		Pound Rockout/ Workout 50	Pound Rockout/Workout 50	
Station 2	Jumping Fitness 12	Jumping Fitness 12	Jumping Fitness Fortgeschrittene 12	
Station 3	Ramba-Zamba Tanz dich fit 25	Ramba Zamba Tanz dich fit Senioren 25		
Station 4	Selbstverteidigung 10	Selbstverteidigung 10		Tabata 15
Station 5	Präventions-Kurse 10	Präventions-Kurse 10	Präventions-Kurse 10	Präventions-Kurse 10
Gebäude 1 1.21 R	Trommeln 10	Trommeln 10	Trommeln 10	Trommeln 10
Station 6				Fit mit Pferd 10
Station 7	Dehnen gegen Schmerzen 10			Dehnen gegen Schmerzen 10
Station 8	Rund ums Walken 15	Rund ums Walken 15		
Station 9	Hulahoop-Workout 20	Hulahoop-Workout 20	smoveyWorkout 25	smoveyWorkout 25
Station 10	Vorstellung von Bändern 15	Alltags/ Bewegungsprogramm 15	Atmung-Quelle allen Lebens 15	
Flur Geb. 5		Cantienica 10	Cantienica 10	
Gebäude 3 R. 3.18	Faszien 10	Faszien 10	Dehnen- aber Richtig! 10	Dehnen - aber Richtig ! 10
Gebäude 3 R. 3.2	Yogaflow Anfängerinnen/ Senorinnen 10	Yogaflow Fortgeschrittene 10	Yogaflow Anfängerinnen/ Senorinnen 10	Yogaflow Fortgeschrittene 10
Station11	Bogensport 8	Bogensport 8	Bogensport 8	Bogensport 8
Turnhalle		Zumba 25	Zumba 25	Fitness ohne Geräte 20
Turnhalle			Rhönrad 10	Rhönrad 10
Station 12	Line-Dance	Line-Dance		
Gebäude 1	Kinderbetreuung	Kinderbetreuung	Kinderbetreuung	Kinderbetreuung
Stand KSB	Sportabzeichen	Sportabzeichen	Sportabzeichen	Sportabzeichen