

SV OLYMPIA BONN

1888/95 e.V.

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag | Sonntag |
|-------------------|---|---|---|---|--|---|--|
| | Sporthalle Karl-Simrock-Schule, Am Burggraben 20, 53121 Bonn | | | | | | |
| vormittags | | 9 - 10 Uhr | Fit in den Tag* Endenicher Burg II Monika Walder | | 10 - 12 Uhr | Capoeira Kids 10 -10:45/3 - 6 J. 10:45-12:00/ab 6 J. Sascha "Bruxo" Würfl | Wandern Nicht-/Mitglieder KOSTENLOS |
| | <i>*Kurs derzeit voll</i> | | | | | | |
| 16 h | Eltern-Kind-Turnen* Kinder ab 1 Jahr: I/I Florian | | Kinderturnen* ab 4 Jahren/Minis | | | Workshops + monatliche Specials | Termine/Uhrzeit siehe Homepage |
| 16 - 17 h | Eltern-Kind-Turnen* Kinder ab 1 Jahr: I/I Carina Cöln | Kinderturnen* ab 4 Jahren/Minis I Michèle Schulte/ Tamara Klasen | I Christiane Herold | Yoga ü55/Anfänger II Daniel Winz | Kinderturnen* ab 6 Jahren/Midis I Elisa Fink / Gina Astor | | |
| 17 - 18 h | | | Herzsport* mit Verordnung | | | | |
| 18 - 19 h | Bauch-Beine-Po II Anja Hübner | Bewegungstraining II Monika Walder | | Step-Aerobic II Tina Klaff | Zumba II Tatiana Pohl | I | Fitmix am Sonntag |
| 19 - 20 h | Wirbelsäulen-gymnastik II Kläre Limbach | Pilates (Zusatzkurs) auch für Nicht-Mitglieder Tina Klaff | II Monika Walder | Yoga* | Fitmix am Freitag II Anja Hübner | | II Sigrid Risse |
| 20 - 21 h | Qigong für Einsteiger II Marianne Truxa | Tischtennis | Flexi-Bar (Zusatzkurs) auch f. Nicht-Mitglied Anja Hübner | II Ines Neisius | Bodenakrobatik | | Hula-Hoop-Dance Aufbau-/Vertiefungs- kurs (Zusatzkurs ab März) auch für Nicht-Mitglieder |
| 21 - 22 h | Boden-/Geräteturnen I Freies Training | I Freies Training | Capoeira II Contra Mestre Cabana | Autogenes Training (Zusatzkurs ab Febr.) auch für Nicht-Mitglieder II Anja Harder | I Freies Training | | Clara Jobs |
| | Josef-Strunck-Halle, Röckumstraße 58a, 53121 Bonn | | | | | | |
| | Sporthalle Clara-Schumann-Gymnasium, Loestraße 14, 53113 Bonn | | | | | | |
| | Sporthalle Michaelschule, Wegelerstraße, 53115 Bonn | | | | | | |
| 15 - 16 h | Endenicher Burg Am Burggraben 18 ↓ | Seniorenbegegnungsstätte Endenicher Burg | | | | | Geräteturnen |
| 16 - 17 h | Sturzprophylaxe (Zusatzkurs ab März) auch für Nicht-Mitglieder | | Zirkuskünste* 1. bis 4. Klasse Marion Ladich/ Maike Wiese | | Eltern-Kind-Zirkus Kinder ab 2 Jahren I/II Alexa Vieth | Sporth. Michaelsch. Wegelerstraße 53115 Bonn ↓ | |
| 17 - 18 h | | | Zirkuskünste* ab der 5. Klasse II Marion Ladich/ Maike Wiese | | Zirkuskünste 4 bis 7 Jahre II Alexa Vieth | Geräteturnen | I Freies Training |
| 18 - 19 h | | Josef-Strunck-Halle Röckumstr. 58a 53121 Bonn ↓ | ↑ Cl.-Schumann-Gymn. Loestraße 14 53113 Bonn | | ↑ Cl.-Schumann-Gymn. Loestraße 14 53113 Bonn | | Josef-Strunck-Halle Röckumstr. 58a 53121 Bonn ↓ |
| 19 - 20 h | | Herren-Ballsport I Freies Training | | | | I Freies Training | Rollschuhlaufen |
| 20 - 21 h | Legende: Kinder Erwachsene/Kinder Erwachsene Erwachsene/Senioren Senioren | Damen-Ballsport I Freies Training | | | | | |
| 21 - 22 h | | | | | | | I Freies Training |
| | | | | | | | |

Zusatzkurs (auch für Nicht-Mitglieder)
I = Beitragskl. 1 & Familienmitgl.: 10 €/Monat
II = Beitragsklasse 2: 15 €/Monat

Stand: 1/2026

Detaillierte Information zum Kursangebot unter www.olympia-bonn.de