



Abteilung	Was?	Wann?		Wo?	
Aikido	Aikido	Mi Fr	20.30 – 22.00 (Jugend, Erw.) 20.00 – 21.30 (Jugend, Erw.)	Uebelhörhalle, Leopoldshafen	
	Selbstschutz und Selbstverteidigung (SuS)	Di Fr Fr	16.00 – 17.30 (Kinder) 16.00 – 17.30 (Jugend) 20.00 – 21.30 (Erw.)	Halle B, Eggenstein Halle B, Eggenstein Uebelhörhalle, Leopoldshafen	
	AROHA®	Mo	18.30 – 19.30	FTU, KIT CN	
	Qigong	Mi	17.00 – 17.45	FTU, KIT CN	
	Tai-Chi	Mi	17.45 – 19.15 19.15 – 20.00	FTU, KIT CN	
	Yoga	Di Fr	12.00 – 13.00 12.00 – 13.00	FTU, KIT CN FTU, KIT CN	
Badminton	Badminton	Di	16.30 – 18.00	Halle B, Eggenstein	
Basketball	Basketball	Di	18.00 – 20.00	Halle B, Eggenstein	
Fitness	Grundprogramm	Body-Fit	Mo	12.00 – 13.00	FTU, KIT CN
		Montagsläufer	Mo	17.00 – 18.30	Treffpunkt FTU-Treppe
		Fitness-Gymnastik	Di	18.15 – 19.45	FTU, KIT CN
		Fit 4 Work	Mi	7.45 – 8.45	FTU, KIT CN
		Rückenfit	Mi	12.00 – 13.00	FTU, KIT CN
		Leichtathletik Herren	Mi	15.30 – 16.30	FTU, KIT CN
		Donnerstagsgymnastik	Do	17.15 – 18.15	FTU, KIT CN
	Erweitertes Programm	Power-Fit	Mo	17.00 – 18.15	FTU, KIT CN
		Coretraining	Do	16.00 – 17.00	FTU, KIT CN
		Zumba® Fitness	Do Do	12.00 – 13.00 18.30 – 19.30	FTU, KIT CN
Yoga Kurse	Hatha Yoga	Mo Mi	18.00 – 19.30 17.00 – 18.30	MED, KIT CN	
	Fußball	Fußball	Di Do	18.00 – 20.00 18.00 – 20.00	Sportplatz am Schröcker Tor
Prävention	Gymnastik	Mo	18.45 – 19.45	Lindenschule, Eggenstein	
	Walkingtreff	Mi Mi Sa	17.00 Uhr (Sommer) 15.45 Uhr (Winter) 15.30 Uhr	Pfinzkanalbrücke am Waldrand	
	Nordic Walkingtreff	Fr	9.00 Uhr	Pfinzkanalbrücke am Waldrand	
Ski	Skigymnastik	Fr	18.00 – 19.00	Halle A, Eggenstein	
Tauchen	Tauchtraining (auch Tauchkurse)	Di	19.45 – 21.30	Fächerbad Karlsruhe	
Tennis	tc-leopoldshafen.de Breiten- und Mannschaftssport für Alt und Jung auf einer Anlage zum Wohlfühlen. Intensive Jugendarbeit mit Profitrainern. Schnupperkurse.			Tennisanlage Hafenterrain 2, Leopoldshafen	
Tischtennis	Tischtennis	Mo	18.00 – 20.00	Halle B, Eggenstein	
Volleyball	Volleyball	Mi Fr	19.30 – 21.00 20.00 – 22.00	Halle B, Eggenstein	