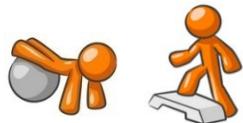




Kursprogramm 1. Quartal 2026



AROHA

Tag	Zeit	Termine	Zeitraum	Ort	Ausfall
Mo	19.00-20.00	10	12.01.-16.03.	Stadtbadhalle, Vereinsheim	

Cane-Fu

Tag	Zeit	Termine	Zeitraum	Ort	Ausfall
Mi	19.30-21.00	10	14.01.-18.03.	Parkschule, Gymnastikhalle	

FASZIO®

Tag	Zeit	Termine	Zeitraum	Ort	Ausfall
Di	17.45-18.45	9	13.01.-17.03.	Stadtbadhalle, Spiegelsaal	03.02.26

Flexibar

Tag	Zeit	Termine	Zeitraum	Ort	Ausfall
Mi	18.45-19.45	9	21.01.-18.03.	Stadtbadhalle, Vereinsheim	

GynetiXx®

Tag	Zeit	Termine	Zeitraum	Ort	Ausfall
Mi	17.30-18.30	10	14.01.-18.03.	Stadtbadhalle, Vereinsheim	

Line Dance

Tag	Zeit	Termine	Zeitraum	Ort	Ausfall
Mo	17.55-18.55	10	12.01.-16.03.	Spiegelsaal	
Mo	19.10-20.10	10	12.01.-16.03.	Spiegelsaal (Fortgeschrittene)	

ME-TIME

Tag	Zeit	Termine	Zeitraum	Ort	Ausfall
Do	19.15-20.45	9	15.01.-12.03.	Stadtbadhalle, Vereinsheim	

Pilates

Tag	Zeit	Termine	Zeitraum	Ort	Ausfall
Do	16.15-17.15	10	15.01.-18.03.	Spiegelsaal	

Taiji Quan

Tag	Zeit	Termine	Zeitraum	Ort	Ausfall
Mo	16.45-17.45	9	12.01.-16.03.	Spiegelsaal	02.02.26

Yoga

Tag	Zeit	Termine	Zeitraum	Ort	Ausfall
Di	19.15-20.30	8	13.01.-17.03.	Stadtbadhalle, Vereinsheim	17.02.+24.02.26
Do	10.15-11.45	9	22.01.-19.03.	Stadtbadhalle, Spiegelsaal	

Zumba® Fitness

Tag	Zeit	Termine	Zeitraum	Ort	Ausfall
Do	17.45-18.45	10	15.01.-19.03.	Stadtbadhalle, Spiegelsaal	
Do	19.00-20.00	10	15.01.-19.03.	Stadtbadhalle, Spiegelsaal	

Zumba® Gold

Tag	Zeit	Termine	Zeitraum	Ort	Ausfall
Mi	15.00-16.00	10	14.01.-18.03.	Stadtbadhalle, Spiegelsaal	

Kursbeitrag: Nichtmitglieder 8,00 €/ 60 Min., Mitglieder 3,00€/ 60 Min.

Anmeldung über die Geschäftsstelle: Tel.: 04221/17685, E-Mail: dtv@delmenhorster-tv.de

Kursbeiträge werden per Lastschrift eingezogen. Anmeldung und SEPA-Mandat sind erforderlich!