

# Sommerplan

## vom 24.6. bis 9.8.2024

- **Schwimmhallenschließung**
  - Tarostr. (SH-Süd) & Antonienstr. (Sportbad a. d. E.), 20.6. bis 3.8.2024
  - Kolmstr. (SH-Südost), 10.6. bis voraussichtlich 11.8.2024
- **Sommerpause (kein Übungsbetrieb im Sportzentrum)**  
vom Do., 11.7. bis Fr., 26.7.2024
- **Anmeldungen telefonisch unter 0341-2535043 möglich**

### Vormittag

#### Sportzentrum Höltystraße

<b>Montag</b>	(08:45 Uhr Öffnung)
• Rückenfit	09:00 - 09:45 Uhr 10:00 - 10:45 Uhr
• Fitness	09:00 - 10:45 Uhr
<b>Dienstag</b>	(08:45 Uhr Öffnung)
• Rückenfit	09:00 - 09:45 Uhr 10:00 - 10:45 Uhr 11:00 - 11:45 Uhr
• Fitness	09:00 - 11:45 Uhr
<b>Mittwoch</b>	(08:45 Uhr Öffnung)
• Rückenfit	09:00 - 09:45 Uhr 10:00 - 10:45 Uhr 11:00 - 11:45 Uhr
• Fitness	09:00 - 11:45 Uhr
<b>Donnerstag</b>	(08:45 Uhr Öffnung)
• Rückenfit	09:00 - 09:45 Uhr 10:00 - 10:45 Uhr 11:00 - 11:45 Uhr
• Fitness	09:00 - 11:45 Uhr

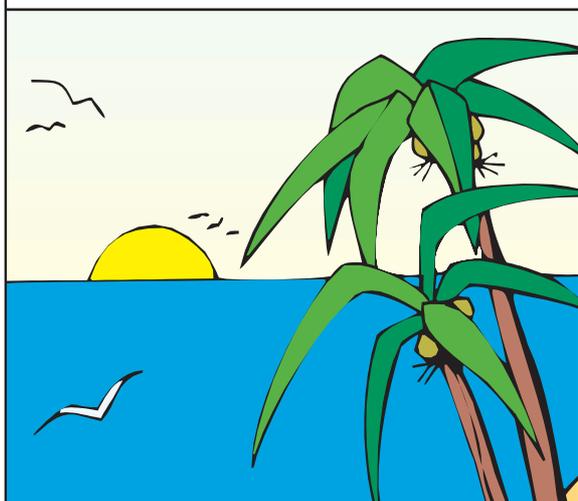
### Nachmittag

#### Sportzentrum Höltystraße

<b>Montag</b>	(16:45 Uhr Öffnung)
• Bodyfit	17:00 - 17:45 Uhr 18:00 - 18:45 Uhr
• Fitness	16:45 - 19:00 Uhr
<b>Dienstag</b>	(17:15 Uhr Öffnung)
• Bodyfit	17:30 - 18:15 Uhr 18:30 - 19:15 Uhr
• Fitness	17:15 - 19:30 Uhr
<b>Mittwoch</b>	(17:30 Uhr Öffnung)
• Bodyfit	17:45 - 18:30 Uhr 18:45 - 19:30 Uhr
• Fitness	17:30 - 19:45 Uhr
<b>Donnerstag</b>	(17:15 Uhr Öffnung)
• Bodyfit	17:30 - 18:15 Uhr 18:30 - 19:15 Uhr
• Fitness	17:15 - 19:30 Uhr
<b>Freitag</b>	(16:45 Uhr Öffnung)
• Bodyfit	17:00 - 17:45 Uhr
• Fam.-Badminton	17:45 - 18:45 Uhr
• Fitness / mit Anleitung	16:45 - 18:00 Uhr 17:45 - 19:00 Uhr

**LES**SPORT!  
e.V.

"bit mit uns...  
...an Land und im Wasser"



*Wir wünschen  
euch schöne  
und erholsame  
Sommertage!*