

# Programm 2026

Tanzen / Fitness / Entspannung

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
17.00-18.00 Uhr <b>Dance Aerobic</b> Gemeindehalle Straßdorf	9.30-10.30 Uhr <b>Aroha - Kurs</b> Gemeindehalle Straßdorf (Oktober – Mai)	8.30-9.30 Uhr 9.45-10.45 Uhr <b>Functional Fitness - Kurs</b> Gemeindehalle Straßdorf (September – Mai)	10.15-11.15 Uhr <b>Seniorengymnastik - Kurs</b> Gemeindehalle Straßdorf (Oktober – Mai)	15.45-16.45 Uhr <b>Fit + Gesund - Kurs</b> Gemeindehalle Straßdorf (September – April)	9.00-10.00 Uhr <b>Laufkurs GD - Kurs</b> (Januar – März)
16.30-17.30 Uhr <b>Cardio Fitness für Kids - Kurs</b> Himmelsgarten Wetzgau (März – Juni)	16.15-18.15 Uhr <b>Tanzmäuse Rock'n'Roll Kids</b> Gemeindehalle Straßdorf	17.30-18.30 Uhr <b>Indoor Cycling - Kurs</b> Gemeindehalle Straßdorf (November – März)	16.00-18.00 Uhr <b>Tanzmäuse Rock'n'Roll Kids</b> Eichenrainhalle Lindach	18.30-19.30 Uhr <b>Ausdauerzirkel</b> Gemeindehalle Straßdorf Empore April – Oktober	10.00-11.30 Uhr <b>Sound Bath Meditation - Kurs</b> Spitalmühle GD (je 2 Termine Frühjahr/Herbst)
18.00-19.00 Uhr <b>Kraftzirkel</b> Gemeindehalle Straßdorf	17.30-18.30 Uhr 18.45-19.45 Uhr <b>Indoor Cycling - Kurs</b> Gemeindehalle Straßdorf (November – März)	17.30-19.00 Uhr <b>Pilates - Kurs</b> Canisius Sporthalle GD (September – Mai)	15.00-16.00 Uhr <b>Wogging - Kurs</b> Walken+Joggen im Wechsel Schwerzerhalle (März – Juli)	18.15-19.15 Uhr 19.30-20.30 Uhr <b>Indoor Cycling - Kurs</b> Gemeindehalle Straßdorf (November – März)	
18.30-19.30 Uhr <b>(Nordic-) Walking - Kurs</b> Himmelsgarten Wetzgau (April – Juli)	18.45-19.45 Uhr <b>Functional Training - Kurs</b> Gemeindehalle Straßdorf (Oktober – März)	18.30-19.30 Uhr <b>Laufkurs für Fortgeschrittene</b> Himmelsgarten Wetzgau (April – Juli)	18.00-19.00 Uhr <b>Cycle Well - Kurs</b> für Sportanfänger/Senioren Gemeindehalle Straßdorf (November – März)	20.00-22.00 Uhr <b>Boogie-Woogie</b> Gemeindehalle Straßdorf	
19.00-20.00 Uhr <b>Fitnessgymnastik - Kurs</b> Gemeindehalle Straßdorf (September – April)	18.00-19.00 Uhr <b>Laufkurs - Kurs</b> Tartanbahn PH Hardt (April – Juli)	20.00-21.00 Uhr <b>Aroha</b> Gemeindehalle Straßdorf	18.30-19.30 Uhr <b>Zumba</b> Gemeindehalle Straßdorf	20.00-21.30 Uhr <b>Rokoko/Historische Tänze</b> Rauchbeinhalle GD	
17.30-18.30 Uhr 18.45-19.45 Uhr <b>Indoor Cycling - Kurs</b> Gemeindehalle Straßdorf (November – März)	19.00-20.00 Uhr <b>Tanzkreis für Senioren - Kurs</b> Rauchbeinhalle GD (Frühjahr und Herbst)		19.45-20.45 Uhr <b>Vinjasa Power Yoga</b> Gemeindehalle Straßdorf		
20.00-21.30 Uhr <b>Boogie-Woogie - Kurs</b> Gemeindehalle Straßdorf (Frühjahr und Herbst)	20.00-21.30 Uhr <b>Tanzkreis</b> Rauchbeinhalle GD		19.00-20.00 Uhr <b>Latin Line Dance</b> Rauchbeinhalle GD		
			20.00-21.30 Uhr <b>Tanzkreis</b> Rauchbeinhalle GD		
					Sonntag
					10 Uhr <b>Lauftreff</b> (immer) Trimm dich-Pfad Lorch