

DenkSport Kursplan ab 10.11.2025



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	11:30-12:30 Aqua Ha 12.1 SZ	11:30-12:30 Mobi/Rücken Ha 3		
			12-13 Ausdauer/Intervall Draußen/Net Cologne Stadion/Backup Ha 4	12-12:45 Mobi/Rücken Ha 5
13:45-14:45 Aqua Ha 13 SZ	13-14 Kraft/Koordination Ha 8 außer 25.11. Ha 06		13:15-14:15 Kraft/Koordination Ha 1	13-14 Aqua Ha 13 SZ

Kurse in grau in der Halle, grün draußen, blau im Schwimmzentrum. Bei den Draußen-Kursen ist der Treffpunkt am NetCologne-Stadion

Entfall an Ferien-/Feiertagen: 11.11.2025, 22.12.2025-06.01.2026

Hallenänderungen sind im Plan vermerkt