

Sportangebot	Tag	Zeit	Vorgabe sportspezifische Übergangsregeln	Stand
Pilates Frühsport	Mo	09:00-10:30	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Feldenkrais 1	Mo	18:45-20:00	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Body-Fit	Mo	19:00-20:00	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Volleyball Happ-ich	Mo	19:00-20:30	DVV_Deutscher_Volleyball_Verband.pdf	8. Mai. 20
Laufen Fronrunners Cologne	Mo	19:00-20:30	LVN_Leichtathletikverband_Nordrhein_und_DLV.pdf	29. Apr. 20
Frauen-Fitness	Mo	19:00-20:30	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Volleyball Start Ups	Mo	19:00-20:30	DVV_Deutscher_Volleyball_Verband.pdf	8. Mai. 20
Tai Chi für Anfänger	Mo	19:00-20:30	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Wirbelsäulengymn astik	Mo	19:30-20:45	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Fußball Rheingrätchen	Mo	19:30-21:00	DFB_Deutscher_Fußballverband.pdf	ohne Angabe
Achtsamkeit	Mo	20:15-21:15	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Tischtennis Freies Spielen	Mo	20:30-22:00	DTTB_Deutscher_Tischtennis-Bund.pdf	20. Apr. 20
Volleyball GoPros	Mo	20:30-22:00	DVV_Deutscher_Volleyball_Verband.pdf	8. Mai. 20
Eltern-Kind-Turnen 1 (2-3 Jahre)	Di	16:00-17:00	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Mai. 20
Eltern-Kind-Turnen 2 (3-6 Jahre)	Di	17:00-18:00	DTB-Handlungshinweise_Kinderturnen.pdf	22. Mai. 20
Feldenkrais 2	Di	17:30-18:30	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Kanu für Fortgeschrittene	Di	18:15-20:15	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	im April 2020
Badminton Freies Spiel ohne Trainer	Di	18:30-20:30	DBV_Deutscher_Badminton_Verband.PDF	23. Apr. 20
Volleyball Domspitzen	Di	19:00-20:30	DVV_Deutscher_Volleyball_Verband.pdf	8. Mai. 20
Basketball Frauen Fortgeschrittene 1	Di	19:00-20:30	DBB_Deutscher_Basketball_Verband.pdf	im April 2020
Yoga Vinyasa	Di	19:00-20:30	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20

Leichtathletik	Di	19:00-20:30	LVN_Leichtathletikverband_Nordrhein_und_DLV.pdf	29. Apr. 20
Squash Fireballs	Di	19:00-20:30	DSQV-Squash.pdf	ohne Angabe
Billard	Di	19:00-20:30	DBU_Deutsche_Billard_Union.pdf	28. Apr. 20
Fußball Cream Team Cologne - Männer	Di	19:00-21:00	DFB_Deutscher_Fußballverband.pdf	ohne Angabe
Qi Gong	Di	20:00-21:00	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Indoor Cycling 1	Di	20:00-21:00	DTB-Handlungshinweise_Studio.pdf	22. Apr. 20
Taekwondo Horangi	Di	20:00-22:00	DTU_Deutsche-Taekwondo_Union.pdf	ohne Angabe
Kapow	Di	20:30-21:30	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Volleyball Rheinschläger	Di	20:30-22:00	DVV_Deutscher_Volleyball_Verband.pdf	8. Mai. 20
Kung Fu Panther	Di	20:30-22:00	DKarV_Deutscher_Karate_Verband.pdf	28. Apr. 20
Volleyball Liga Training 1	Di	20:30-22:00	DVV_Deutscher_Volleyball_Verband.pdf	8. Mai. 20
Ü100	Di	20:30-22:00	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Handball Männer 1	Di	20:30-22:00	DHB_Deutscher_Handball_Verband.pdf	30. Apr. 20
Cheerleading Pink Poms - Männer	Di	20:30-22:00	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Handball Frauen 1	Di	20:30-22:00	DHB_Deutscher_Handball_Verband.pdf	30. Apr. 20
Ringen	Di	20:30-22:00	DRB_Deutscher_Ringer_Bund.pdf	30. Apr. 20
Yoga Kundalini	Di	20:30-22:00	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Eltern-Kind-Turnen 3 (Jahrgang 2016/2017)	Mi	16:00-17:30	DTB-Handlungshinweise_Kinderturnen.pdf	22. Mai. 20
Eltern-Kind-Turnen 4 für Regenbogenkinder (2-4 Jahre)	Mi	17:15-18:30	DTB-Handlungshinweise_Kinderturnen.pdf	22. Mai. 20
Karate	Mi	17:30-19:00	DKarV_Deutscher_Karate_Verband.pdf	28. Apr. 20
Rudern am Fühlinger See 1	Mi	17:45-20:30	DRV_Deutscher_Ruderverband.pdf	17. Apr. 20
Functional Training neben dem Cross Tower	Mi	18:45-20:15	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20

Basketball Frauen Fortgeschrittene 2	Mi	19:00-20:30	DBB_Deutscher_Basketball_Verband.pdf	im April 2020
Pilates meets Faszielles Training	Mi	19:00-20:30	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Laufen Frontrunners Cologne	Mi	19:00-20:30	LVN_Leichtathletikverband_Nordrhein_und_DLV.pdf	29. Apr. 20
Fußball Jugend Anyway Hot-Shots	Mi	19:00-21:00	DFB_Deutscher_Fußballverband.pdf	ohne Angabe
Rostfrei Männer	Mi	19:30-20:30	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Schwimmen Technik und Kondition 1	Mi	19:30-21:00	DSV_Deutscher_Schwimmverband.pdf	4. Mai. 20
Schwimmen Leistungsgruppe 1	Mi	20:00-21:00	DSV_Deutscher_Schwimmverband.pdf	4. Mai. 20
Volleyball himmlisch jeck	Mi	20:30-22:00	DVV_Deutscher_Volleyball_Verband.pdf	8. Mai. 20
Yoga Vinyasa für Anfänger*innen	Mi	20:30-22:00	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Volleyball Bouncing Balls Männer	Mi	20:30-22:00	DVV_Deutscher_Volleyball_Verband.pdf	8. Mai. 20
Volleyball Freies Training Mixed Fortgeschrittene	Mi	20:30-22:00	DVV_Deutscher_Volleyball_Verband.pdf	8. Mai. 20
Gymnastik	Mi	20:30-22:00	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Aquafitness	Mi	21:00-22:15	DSV_Deutscher_Schwimmverband.pdf	4. Mai. 20
Freies Schwimmen 1	Mi	21:00-22:15	DSV_Deutscher_Schwimmverband.pdf	4. Mai. 20
Schwimmen Technik und Kondition 2	Mi	21:00-22:15	DSV_Deutscher_Schwimmverband.pdf	4. Mai. 20
Kinderturnen (4-6 Jahre)	Do	16:30-17:30	DTB-Handlungshinweise_Kinderturnen.pdf	22. Mai. 20
After-Work Pilates	Do	17:00-18:00	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Schwimmen Technik und Kondition 3	Do	18:00-19:00	DSV_Deutscher_Schwimmverband.pdf	4. Mai. 20
Leichtathletik	Do	18:00-20:30	DLV_Deutscher_Leichtathletikverband.pdf	29. Apr. 20
Schwimmen Technik und Kondition 4	Do	19:00-20:15	DSV_Deutscher_Schwimmverband.pdf	4. Mai. 20
Sissi Boxer	Do	19:00-20:30	BVBW_DBV_Deustcher_Boxverband.pdf	ohne Angabe

Tai Chi	Do	19:00-20:30	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Klettern	Do	19:00-20:30	Kletterfabrik-Koeln.pdf	ohne Angabe
Volleyball Fortgeschrittenes Techniktraining Männer	Do	19:00-20:30	DVV_Deutscher_Volleyball_Verband.pdf	8. Mai. 20
Volleyball Annemies Frauen	Do	19:00-21:00	DVV_Deutscher_Volleyball_Verband.pdf	8. Mai. 20
Fußball Cream Team Cologne - Männer	Do	19:00-21:00	DFB_Deutscher_Fußballverband.pdf	ohne Angabe
Handball Frauen 2	Do	19:30-21:00	DHB_Deutscher_Handball_Verband.pdf	30. Apr. 20
Hatha Yoga	Do	20:00-21:30	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Choreographiertes Langhanteltraining	Do	20:30-21:30	DTB-Handlungshinweise_Studio.pdf	22. Apr. 20
Krav Maga 2.0	Do	20:30-22:00	DTU_Deutsche-Taekwondo_Union.pdf	keine Angabe
Bootcamp	Do	20:30-22:00	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Handball Männer 2	Do	20:30-22:00	DHB_Deutscher_Handball_Verband.pdf	30. Apr. 20
Body-Workout	Do	20:30-22:00	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Volleyball Liga- Training 2	Do	20:30-22:00	DVV_Deutscher_Volleyball_Verband.pdf	8. Mai. 20
Schwimmen Technik und Kondition 5	Do	21:00-22:15	DSV_Deutscher_Schwimmverband.pdf	4. Mai. 20
Feldenkrais 3	Fr	09:00-10:00	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Outdoor.pdf	22. Apr. 20
Volleyball Freies Training Mixed	Fr	17:30-19:00	DVV_Deutscher_Volleyball_Verband.pdf	8. Mai. 20
Rudern am Fühlinger See 2	Fr	17:45-20:30	DRV_Deutscher_Ruderverband.pdf	17. Apr. 20
Tennis Freies Spiel	Fr	19:00-20:00	TVM_Tennisverband_Mittelrhein.pdf	ohne Angabe
Basketball Mixed	Fr	19:00-20:30	DBB_Deutscher_Basketball_Verband.pdf	im April 2020
Badminton Domfedern	Fr	19:30-22:00	DBV_Deutscher_Badminton_Verband.PDF	23. Apr. 20
Freies Schwimmen 2	Fr	19:45-20:45	DSV_Deutscher_Schwimmverband.pdf	4. Mai. 20
Indoor Cycling 2	Fr	20:00-21:00	DTB-Handlungshinweise_Studio.pdf	22. Apr. 20
Schwimmen Leistungsgruppe 2	Fr	20:45-21:45	DSV_Deutscher_Schwimmverband.pdf	4. Mai. 20

Boxen	Sa	15:00-17:00	BVBW_DBV_Deustcher_Boxverband.pdf	ohne Angabe
Fußball Jugend Anyway Hot-Shots	Sa	16:00-17:30	DFB_Deutscher_Fußballverband.pdf	ohne Angabe
Schwimmen Leistungsgruppe 3	Sa	17:00-18:30	DTB-Fitness-und_Gesundheitssport_Indoor.pdf	4. Mai. 20
Rennradfahren	So	10:00-15:00	BDR_Deutscher_Bahnrad/Straßenrad_Verband.pdf	ohne Angabe