

Kommune	Zeitraum	Wochentag	Uhrzeit	Angebot
Korbach	01.06. bis 13.07. (15.06. fällt aus)	Samstags	11:00 - 12:00 Uhr	Bauch, Beine, Po
	02.09. bis 23.09.	Montags	09:30 - 10:30 Uhr	Familien-Fitness
	03.06. bis 08.07.	Montags	09:30 - 10:30 Uhr	Familien-Fitness
	04.06. bis 09.07.	Dienstags	11:00 - 12:00 Uhr	Mobility Training
	04.09. bis 25.09	Mittwochs	19:00 - 20:00 Uhr	Yoga
	05.06. bis 28.08.	Mittwochs	19:00 - 20:00 Uhr	Yoga
	07.05. bis 28.05.	Dienstags	18:00 - 19:00 Uhr	Hula-Hoop
	08.05. bis 29.05.	Mittwochs	19:00 - 20:00 Uhr	Yoga
	10.05. bis 31.05.	Freitags	10:00 - 11:00 Uhr	Spaziergänge mit Aufwärmübungen
	15.05. bis 25.09.	Mittwochs	10:00 - 11:00 Uhr	Yoga
	23.05. bis 04.07. (30.05 fällt aus)	Donnerstags	18:00 - 19:00 Uhr	Tanzfitness
15.07. bis 19.08.	Montags	10:15 - 11:15 Uhr	Bewegt in die Woche	
Diemelsee - Heringhausen	15.07.bis 19.08.	Montags	17:15 - 18:15 Uhr	Outdoortraining
	18.07 bis 22.08.	Donnerstags	09:15 - 10:15 Uhr	Outdoortraining
Frankenberg	08.07 bis 19.08.	Montags	15:00 - 16:00 Uhr	Bewegung & Entspannung
	09.07 bis 13.08.	Dienstags	10:00 - 11:00 Uhr	Nordic Walking
	11.07 bis 15.08.	Donnerstags	10:00 - 11:00 Uhr	Nordic Walking
	11.07 bis 22.08.	Donnerstags	15:00 - 16:00 Uhr	Bewegung & Entspannung
	15.07. bis 12.08.	Montags	16:30 - 17:30 Uhr	Line Dance
Vöhl - Schmittlotheim	21.06 bis 26.07.	Freitags	17:00 - 18:00 Uhr	Functional Training
	18.07. bis 22.08.	Donnerstags	10:00 - 11:00 Uhr	Frühstück für die Wirbelsäule für jedes Alter
	05.08 bis 26.08.	Montags	18:00 - 19:00 Uhr	Functional Fitness meets Yoga Kräftigung von Muskulatur mit klassischen Yogaübungen zum Lösen von Spannungen und muskulären Dysbalancen.
Bad Wildungen	05.06 bis 10.07.	Mittwochs	18:00 - 19:00 Uhr	Tabata-Intervalltraining
	03.07 bis 31.07	Mittwochs	19:00 - 20:00 Uhr	Walking/Nordic Walking - gehen mit und ohne Stock - Technik und Bewegungsspiele
Allendorf (Eder)	02.06 bis 14.07. (30.06 fällt aus)	Sonntags	10:00 - 11:00 Uhr	Line Dance
	28.05.-02.07.	Dienstag	19.00-20.00 Uhr	Functional Fitness
	06.06.-11.07.	Donnerstag	18.00-19.00 Uhr	Yoga
	05.06.-10.07.	Mittwoch	16.00-17.00 Uhr	Fit Kids Ab 3 bis 6 Jahren zusammen mit einer Erziehungsberechtigten Person
	19.06.-24.07.	Mittwoch	18.00-19.00 Uhr	Zumba Strong Nation
Diemelstadt	01.07.bis 15.07.	Montag	16:00-17:00 Uhr	"Familie in Bewegung" mit Liedern und Bilderkarten für Kinder von 1-5 Jahren und ihren Familien!
	06.08. bis 20.08.	Dienstag	16:00-17:00 Uhr	"Familie in Bewegung" mit Liedern und Bilderkarten für Kinder von 1-5 Jahren und ihren Familien!
	03.06. bis 30.09.	Montags	18:30 - 19:30 Uhr	Bogenschießen
	02.07. bis 27.08.	Dienstags	19:00 - 20:00 Uhr	Nordic Walking
	03.07. bis 27.08.	Mittwochs	18:30-19:30 Uhr	Radfahren 40km
	03.07. bis 27.08.	Mittwochs	19:00 - 20:00 Uhr	Radfahren 20km
Twiste	12.07 bis 26.07.	Freitags	18:00 - 19:00 Uhr	Wassergymnastik
	16.07 bis 30.07	Dienstags	18:00 - 19:00 Uhr	Wassergymnastik