

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
9:15 – 10:00 AKTIV & GESUND R2 <input checked="" type="checkbox"/>	08:30 - 09:15 HAPPY MORNING R1 <input checked="" type="checkbox"/>	08:30 - 09:00 BELLICON SHORT R1 <input checked="" type="checkbox"/>	08:30 - 9:15 WIRBELSÄULE R1 <input checked="" type="checkbox"/>	8:15 – 9:10 SPINNING R1 <input checked="" type="checkbox"/>	WECHSELNDE KURSE NACH AUSHANG *
09:15 - 10:00 WIRBELSÄULE R1 <input checked="" type="checkbox"/>	9:30 – 10:15 AKTIV & GESUND OUTDOOR R1 <input checked="" type="checkbox"/>	9:15 - 10:00 PILATES R1 <input checked="" type="checkbox"/>	09:30 - 10:15 STEH- & SITZGYMNASTIK R1 <input checked="" type="checkbox"/>	09:30 – 10:15 KNIE & HÜFTE R1 <input checked="" type="checkbox"/>	
10:15 – 11.00 KNIE & HÜFTE R1 <input checked="" type="checkbox"/>	10:30 - 11:15 STEH- & SITZGYMNASTIK R1 <input checked="" type="checkbox"/>	9.30 – 10.15 Body Fit ab 15.09 R2 <input checked="" type="checkbox"/>	10:30 - 11:15 AKTIV & GESUND R1 <input checked="" type="checkbox"/>	10:30 - 11:15 AKTIV & GESUND R1 <input checked="" type="checkbox"/>	
		10.15 -11.15 YOGA R1 <input checked="" type="checkbox"/>		10.30 -11.30 YIN YOGA R2 <input checked="" type="checkbox"/>	11:30 - 12:25 SPINNING R1 <input checked="" type="checkbox"/>
17:15 - 17:45 MOBILITY R1 <input checked="" type="checkbox"/>	17:00 – 17:45 AKTIV & GESUND R1 <input checked="" type="checkbox"/>	18:45 - 19:40 SPINNING R1 <input checked="" type="checkbox"/>	17:15 – 17:45 BELLICON SHORT R1 <input checked="" type="checkbox"/>	17.30 – 18.15 BELLICON R1 <input checked="" type="checkbox"/>	
18:00 - 18:45 FUNCTIONAL A <input checked="" type="checkbox"/>	18.00 – 19.00 ZUMBA® ab 6.9 R1 <input checked="" type="checkbox"/>	18:45 – 19:30 WIRBELSÄULE R2 <input checked="" type="checkbox"/>	18:00 - 18:45 AKTIV & GESUND R1 <input checked="" type="checkbox"/>	18:30 - 19:25 SPINNING R1 <input checked="" type="checkbox"/>	
19:00 - 19:55 SPINNING R1 <input checked="" type="checkbox"/>	19.15 – 20.00 Body Fit R1 <input checked="" type="checkbox"/>	19:30 - 20:15 FUNCTIONAL A <input checked="" type="checkbox"/>	19:00 – 19:45 EFFEKTIV R1 <input checked="" type="checkbox"/>	18.30-19.00 BAUCH & RÜCKEN EXPRESS R2 <input checked="" type="checkbox"/>	
18:45 - 19:45 YOGA R2 <input checked="" type="checkbox"/>		19:45 - 20:45 YOGA R2 <input checked="" type="checkbox"/>			
20:00 – 20:45 WIRBELSÄULE OUTDOOR R2 <input checked="" type="checkbox"/>		20:00 – 20:45 BELLICON R1 <input checked="" type="checkbox"/>			

 Rehasport geeignet

A Functional-Arena

R Kursraum 1 oder 2

Anmeldung erforderlich

* Kurse siehe extra Aushang