

KURSPLAN

MONTAG

08:30-9:30	1
Rehasport	
09:45-10:45	1
Rehasport	
17:30-18:30	1
Funktionelles Training	
18:45-19:45	1
World Jumping Fitness	
19:00-20:00	2
Indoor Cycling	

DIENSTAG

09:00-10:00	1
Funktionelles Training	
18:00-19:00	1
Sling Training	
19:00-20:00	2
Power Vinyasa Yoga	
19:15-20:15	1
Step Aerobic I	

MITTWOCH

08:30-09:30	1
Yoga	
18:45-19:45	1
deepWORK®	
19:00-20:00	2
Indoor Cycling	
1 = Kursraum 1	

DONNERSTAG

17:45-18:45	1
Pilates	
18:30-19:30	1
FitSTIX Rebel	
19:30-20:30	1
Power Dumbell	
2 = Kursraum 2	

FREITAG

17:30-18:30	1
Yoga	
18:30-19:30	2
Indoor Cycling	
Bitte beachten sie die Mindestteilnehmerzahl von 5 Personen	

SAMSTAG

09:30-10:30	1
Bodystyling	
11:00-12:00	1
Yoga	

SONNTAG

09:15-10:15	1
XLNC Fit Mix	
10:00-11:00	2
Indoor Cycling	
10:30-11:30	1
BBP	