

Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:00 RehaSport Kursraum 1	10:00 RehaSport Kursraum 1	9:00 RückenFit Kursraum 1		10:00 RehaSport Kursraum 1	10:30 PumpUp Kursraum 1	11:00 BodyWorkout Kursraum 1
	10:00 Yoga Kursraum 2	10:00 RehaSport Kursraum 1		10:00 FitMix Kursraum 2	13:00 IndoorCycling Kursraum 1	11:00 Yoga Kursraum 2
		10:00 RehaSport Kursraum 2				13:00 BodyForming Kursraum 1
						14:00 Fit-Mix Kursraum 1
17:00 RehaSport Kursraum 1	17:30 PumpUp Kursraum 1	17:00 CrossTraining Halle	18:00 Step Kursraum 1	16:00 RückenFit Kursraum 1		
18:00 CrossTraining Halle	17:30 Yogilates Kursraum 2	17:30 IndoorCycling Kursraum 1	19:00 RehaSport Kursraum 2	17:00 Stretch & Relax Kursraum 1		
18:00 FitMix Kursraum 1		18:00 Yoga Yogaraum	19:00 BodyForming Kursraum 2			
19:00 FlexiBar Kursraum 1		18:00 FitMix Kursraum 2				
20:00 Pilates Kursraum 1		19:00 RehaSport Kursraum 1				
		20:00 Motion & Health Kursraum 2				