

# Kursplan Herbst-Winter 2019/20

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sonntag
<b>Strong Fit</b> 9.15 – 10.15 Uhr	<b>Reha-Sport</b> 9.15 – 10.00 Uhr	<b>Reha-Sport</b> 9.30 – 10.15 Uhr		<b>Zumba</b> 9.15 – 10.15 Uhr	
	<b>Reha-Sport</b> 10.15 – 11.00 Uhr	<b>Reha-Sport</b> 10.30 – 11.15 Uhr		<b>Bauch/Beine/Po</b> 10.15 – 11.15 Uhr	<b>Spinning (Einsteiger)</b> 10.00 – 11.00 Uhr
	<b>Reha-Sport</b> 11.15 – 12.00 Uhr	<b>Reha-Sport</b> 11.30 – 12.15 Uhr	<b>Reha-Sport</b> 11.30 – 12.15 Uhr		
			<b>Reha-Sport</b> 12.30 – 13.15 Uhr		
			<b>Reha-Sport</b> 17.30 – 18.15 Uhr		
<b>Zumba</b> 18.00 – 19.00 Uhr	<b>Bodystyling</b> 18.00 – 19.00 Uhr	<b>Lift Up</b> 18.30 – 19.30 Uhr	<b>Reha-Sport</b> 18.00 – 18.45 Uhr	<b>Spinning</b> 18.30 – 19.30 Uhr	
	<b>Spinning</b> 18.00 – 19.00 Uhr		<b>Reha-Sport</b> 18.20 – 19.05 Uhr		
			<b>Reha-Sport</b> 18.50 – 19.35 Uhr		
<b>Pilates</b> 19.00 – 20.00 Uhr	<b>Fitness Boxen</b> 19.00 – 20.00 Uhr	<b>Spinning</b> 19.30 – 20.30 Uhr	<b>Functional Fit</b> 19.15 – 20.15 Uhr		
	<b>Reha-Sport</b> 19.15 – 20.00 Uhr				
<b>Spinning</b> 20.00 – 21.00 Uhr					

Raum 1

Raum 2