

Kursplan Herbst 2021

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
Pump & Stretch 10.00 – 11.00 Uhr	Reha-Sport 9.15 – 10.00 Uhr	Lift-Up 18.00 – 19.00 Uhr	Reha Sport 17.00 – 17.45 Uhr	Zumba 9.15 – 10.15 Uhr	Fitnesszirkel 10.30 – 11.30 Uhr
Pilates 19.00 – 20.00 Uhr	Reha-Sport 10.15 – 11.00 Uhr	Spinning 19.00 – 20.00 Uhr	Reha Sport 18.00 – 18.45 Uhr	Bauch/Beine/Po 10.15 – 11.15 Uhr	
Spinning 20.05 – 21.05 Uhr	Reha-Sport 11.15 – 12.00 Uhr		Bodystyling 19.00 – 20.00 Uhr	Reha-Sport 11.30 – 12.15 Uhr	
	Spinning 18.00 – 19.00 Uhr			Spinning 17.30 – 18.30 Uhr	
	Zumba 18.00 – 19.00 Uhr			Boxen 18.00 – 19.00 Uhr	
	Boxen 19.00 – 20.00 Uhr				

Raum 1

Raum 2