

# Kursplan 2023

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
<b>Fit Mix</b> 9.15 – 10.15 Uhr	<b>Reha-Sport</b> 9.15 – 10.00 Uhr			<b>Dance Fit</b> 9.15 – 10.15 Uhr
	<b>Reha-Sport</b> 10.15 – 11.00 Uhr			<b>Tabata Body Mix</b> 10.15 – 11.15 Uhr
	<b>Reha-Sport</b> 11.15 – 12.00 Uhr			<b>Reha-Sport</b> 10.30 – 11.15 Uhr
			<b>Reha Sport</b> 17.00 – 17.45 Uhr	<b>Reha-Sport</b> 11.30 – 12.15 Uhr
<b>Spinning</b> 18.30 – 19.30 Uhr	<b>Spinning</b> 18.00 – 19.00 Uhr	<b>Wirbelsäulengymnastik</b> 18.00 – 19.00 Uhr	<b>Reha Sport</b> 18.00 – 18.45 Uhr	<b>Spinning</b> 17.15 – 18.15 Uhr
			<b>Latin-Fitness</b> 18.00 – 19.00 Uhr	<b>Yoga</b> 18.15 – 19.15 Uhr
<b>Pilates</b> 19.00 – 20.00 Uhr	<b>Boxen</b> 19.00 – 20.00 Uhr	<b>Spinning</b> 19.00 – 20.00 Uhr	<b>Reha Sport</b> 19.00 – 19.45 Uhr	
	<b>Reha-Sport</b> 19.30 – 20.15 Uhr		<b>Bodystyling</b> 19.00 – 20.00 Uhr	

Raum 1

Raum 2



**fit'ALL**  
Gemeinsam neue Kräfte