

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
9:00–9:45 Vital & Fit Studio 1, Bettina	9:30–10:15 Bodystyling Studio 1, Susan	9:00–9:45 RückenBauchFaszien Studio 1, Bettina	9:00–10:00 Yoga „Entspannt in den Tag“ Studio 1, Susan	9:00–9:30 Faszientraining Studio 2, Susan	10:30–11:30 BauchBeinePo Studio 1, Gudrun	
10:00–11:00 Bodystyling Studio 1, Susan	10:30–11:30 Pilates Studio 1, Susan		11:00–12:00 Yoga Studio 1, Marc	9:30–10:15 ZUMBA© Studio 1, Susan	11:30–12:30 Dance Studio 2, Gudrun	
				10:30–11:30 Bodystyling Studio 1, Susan		11:30–13:00 Workout Studio 1, Bärbel
		10:00–10:30 Arthrose Rücken+Schulter Studio 2, Sabrina				
		10:30–11:00 Arthrose Hüfte Studio 2, Sabrina				
		11:00–11:30 Arthrose Knie Studio 2, Sabrina				
17:00–17:45 ZUMBA© Studio 1, Juliana	17:00–17:45 Pilates Studio 1, Bettina	NEU! 17:00–17:45 Strong Nation© Studio 1, Sylvia	NEU! 17:45–18:45 Cycling Studio 3, Andy	16:30–17:00 Bauch Studio 1, Gudrun		GÜLTIG AB 04.10.2021
18:00–18:45 Bodystyling Studio 2, Juliana	18:00–18:45 ZUMBA© Basic Studio 1, Sylvia	18:00–18:45 ZUMBA© Studio 1, Susan	18:00–19:00 Pilates Studio 1, Bettina	17:15–18:15 Bodystyling Studio 1, Gudrun		
18:00–18:45 ZUMBA© Studio 1, Susan	18:00–19:00 Cycling Studio 3, Andy	NEU! 18:00–18:45 Box-Conditioning Studio 2, Sascha	NEU! 19:00–20:00 Bodystyling Studio 1, Abdullah	NEU! 18:30–19:30 Step II Studio 1, Gudrun		* Die Kurse finden ab 4 Personen statt!
19:00–20:00 Yogilates Studio 1, Susan	19:00–20:30 Rückenfit & Stretching Studio 1, Bärbel	Studio 1, Susan				
		19:30–20:00 Pump-Attack Studio 1, Susan				* Aufgrund der Hygienevorschrift, bitten wir Euch, Eure eigene Matte mit zubringen!!!
		19:00–20:00 Bauch & Rückenworkout Studio 3, Bärbel				
		NEU! 20:15–21:00 Stretch & Relax Studio 1, Susan				* Für alle Kurse gilt eine begrenzte Teilnehmerzahl- Bitte anmelden!

