

Montag	<b>Relax</b>	<b>Rücken-Fit</b>	<b>Energy Class Cycle</b>	
	17:15	18:00	19:00	
	-	-	-	
	17:45	19:00	20:00	
Dienstag	<b>Hatha-Yoga</b>	<b>Cycle Well</b>	<b>Pilates</b>	
	09:00	<b>Bauch/Rücken</b>	18:00	
	-	10:00	-	
	10:00	-	19:00	
		11:00		
Mittwoch	<b>Cycle Well mit Flexi- Bar/XCO</b>	<b>Hatha-Yoga</b>	<b>präventives Rückentraining</b>	
	17:00	18:15	19:15	
	-	19:00	-	
	18:00		20:15	
Donnerstag	<b>Rehasport</b>	<b>Balance</b>	<b>JumpFit</b>	<b>Muscle Power</b>
	09:00	10:00	18:00	19:00
	-	-	-	-
	09:45	11:00	18:45	19:45
Freitag	<b>H.I.I.T.</b>			
	17:00			
	-			
	17:50			
Samstag	<b>JumpFit</b>			
	13:00			
	-			
	13:45			
Sonntag	<b>JumpFit</b>	<b>JumpFit</b>		
	11:00	12:15		
	-	-		
	12:00	13:15		

Die Teilnahme am Kurs "Rehasport" ist nur mit einer Verordnung möglich