

# SommerKURSPLAN

Gültig vom 01.07.-30.09.2024

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG
9:00 - 9:55	9:00 - 9:55	9:00 - 9:55	9:00 - 9:55	9:00 - 9:45	10:00 - 11:15
WSG 1	WSG 1	Bodyforming 1	WSG 1	Rehasport ** 3	Fatburner 1
9:00 - 9:45	9:00 - 9:45	10:00 - 10:45	9:00 - 9:45	9:00 - 9:55	SONNTAG
Rehasport** 3	Rehasport** 3	Balance Workout 1	Rehasport ** 3	Zumba 1	10:00 - 11:15
10:00 - 10:55	10:00 - 10:55	11:00 - 11:45	10:00 - 10:55	10:00 - 10:55	Bodyforming 1
Wellness Workout 1	Bodyforming 1	Rehasport ** 1	Bodyforming 1	WSG 1	
10:00 - 10:45	10:00 - 10:45		10:00 - 10:45		
Rehasport** 3	Hockergymnastik** 3		Hockergymnastik** 3		
16:00 - 16:45	17:00 - 17:45	16:00 - 16:55	17:00 - 17:45	16:30 - 17:25	
Rehasport** 1	Rehasport ** 3	Bodyforming 1	Rehasport ** 3	Hot Iron 1	
17:00 - 17:55	17:00 - 17:55	17:00 - 17:55	17:00 - 17:55	17:30 - 18:25	
Bodyforming 1	Bodyforming 1	WSG 1	Bodyforming 1	Dance 1	
18:00 - 18:55	18:00 - 18:55	18:00 - 18:55	18:00 - 18:55		
Bailar 1	Cyding 2	Bodyforming 1	Zumba 1		
18:15 - 19:10	18:30 - 19:25	18:00 - 18:45			
Cyding 2	STEP II 1	Rehasport ** 3			
18:30 - 19:30	19:00 - 20:15	19:00 - 19:55			
Tai Chi Qigong 3	Anusara-Yoga 3	Zumba 1			
19:00 - 19:55					
Bodyforming 1					

Kurzfristige Änderungen wegen Krankheit/Urlaub behalten wir uns vor.  
Alle Fitnesskurse finden ab 5 Teilnehmern statt.

**\*\*Rehakurs** - Teilnahme nur mit gültiger Rehaverordnung