

KURSPLAN

Gültig vom 07.10.2024.-05.01.2025

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 - 10:55
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	11:00 - 11:55
10:00 - 10:45	10:00 - 10:45		10:00 - 10:45		Step 1
Rehasport** 3	Hockergymnastik** 3		Hockergymnastik** 3		11:00 - 11:55
					Cycling 2
16:00 - 16:45	17:00 - 17:45	16:00 - 16:55	17:00 - 17:45	16:00 - 16:55	
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	17:00 - 17:30	
Bodyforming 1	Bodyforming 1	WSG 1	Bodyforming 1	Sixpack 1	
18:00 - 18:55	18:00 - 18:55	18:00 - 18:55	18:00 - 18:55	17:30 - 17:55	
Zumba 1	Cycling 2	Bodyforming 1	Zumba 1	Mobility 1	
18:15 - 19:10	18:15 - 19:10	18:00 - 18:45			
Cycling 2	Step II 1	Rehasport ** 3			
18:00 - 19:30	19:15 - 20:30	18:00 - 18:55			
Tai Chi Qigong 3	Anusara-Yoga 1	Cycling 2			
19:00 - 19:55		19:00 - 19:55			
Bodyforming 1		Zumba 1			

Kurzfristige Änderungen wegen Krankheit/
Urlaub behalten wir uns vor.

Alle Fitnesskurse finden ab 5 Teil-
nehmern statt.

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

