

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag	
Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2	Raum 1	Raum 2
09:00 - 10:00 Indoorcycling	09:30 – 10:30 Wirbelsäule		09:00 – 09:45 Rehasport	09:00 - 10:00 Indoorcycling	09:00 – 09:45 50 Plus FitMix		09:00 – 9:45 Rehasport	09:00 - 10:00 Indoorcycling			
	10:30 – 11:30 Wirbelsäule		10:00 – 11:30 Wirbelsäule mit BodyArt Elemente	10:15 – 11:00 BodyCross Sommerpause [Juli]	09:45-10:30 Wirbelsäule				10:15 - 11:15 Bodystyling Fit-Mix		
		10:00 -10:45 Rehasport			10:30 - 11:15 Wirbelsäule				11:15 - 12:00 Wirbelsäule + Stretch		
					11:15 – 12:45 Yoga						

Mindestteilnehmerzahl für alle Kurse: 4 Personen

	16:00 – 16:45 Rehasport Sommerpause [Juli-August]		19:00 – 20:00 BodyCross		17:00-17:45 Wirbelsäule		19:00 – 20:00 Indoorcycling Sommerpause [Juli-August]		18:30 - 19:30 Yoga Gym		
18:00 – 18:55 BodyCross Sommerpause [Juli]	18:30 - 19:25 Wirbelsäule			19:00 - 20:00 Indoorcycling	18:00 –18:55 Wirbelsäule		17:30 - 18:30 Qi Gong				
19:00 -20:00 Indoorcycling					19:00 - 20:00 Bodystyling Fit-Mix						★

Kursplan