

Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	08:30-09:00 Funktionstraining			08:45-09:15 Funktionstraining
	09:00-10:00 Zumba	09:00-09:45 Rehasport		09:20-09:50 Funktionstraining
	10:15-10:45 Funktionstraining		10:00-11:00 Pilates	
	10:45-11:30 Rehasport	17:30-18:00 Funktionstraining	17:00-17:45 Rehasport	16:30-17:30 Free Funktional Fit
17:00-18:00 X-Letics	18:00-18:45 Tabata	18:00-19:00 Step Aerobic Bauch, Beine Po	18:00-18:30 Bauchworkout	17:30-18:30 Yoga
18:00-19:00 Step Aerobic Rückenpower	19:00-20:00 Yoga	19:15-20:15 Langhantelworkout	19:30-20:00 Funktionstraining	
19:15-20:00 Jump Fitness	20:00-20:45 Rehasport			
20:15-20:45 Funktionstraining				