

Tag	MONTAG		DIENSTAG		MITTWOCH		DONNERSTAG		FREITAG		SAMSTAG		SONNTAG		Tag
Zeit	SAAL 1	SAAL 2	SAAL 1	SAAL 2	SAAL 1	SAAL 2	SAAL 1	SAAL 2	SAAL 1	SAAL 2	SAAL 1	SAAL 2	SAAL 1	SAAL 2	Zeit
09:00			09:00 - 10:00 SOFT SMOVEY WORKOUT					09:00 - 10:00 GESUNDER RÜCKEN							09:00
10:00	10:00 - 11:15 FREIES MOVEMENT u. SANFTES YOGA		10:00 - 11:00 PaMS SMOVEY									10:00 - 11:00 GESUNDER RÜCKEN		10:00 - 11:00 YOGA	10:00
11:00											11:00 - 12:30 SPINNING			11:00 - 12:00 YOGA	11:00
12:00															12:00
13:00															13:00
14:00															14:00
15:00															15:00
16:00															16:00
17:00		17:00 - 18:00 STREETDANCE für Jugendliche	16:30 - 17:15 BALLETT Kinder 4-6 Jahre	17:00 - 18:00 YOGA			17:15 - 18:00 SELBSTVERTEIDIGUNG für Kiddies		17:00 - 18:00 STREETDANCE für Jugendliche	17:00-18:00 NO LIMIT (outdoor)	17:00-18:00 LAUF- TRAINING (outdoor)				17:00
18:00		18:00 - 19:00 CROSS FIT	17:15 - 18:15 BALLETT Kinder 7-9 Jahre	18:00 - 19:00 JUMPING	18:00 - 19:00 BAUCH-BEIN-PO ATTACKE		18:00 - 19:00 SELBSTVERTEIDIGUNG für Kinder	18:00 - 19:00 FIGHT CLUB	18:00 - 19:00 TRAD. TAEKWONDO						18:00
19:00		19:00 - 20:00 BODY SHAPING	18:15 - 19:15 BALLETT Erwachsene	19:00 - 20:00 SMOVEY	19:00 - 20:00 YOGA		19:00 - 20:00 BOXEN	19:00 - 20:00 JUMPING				19:00 - 20:15 STIRB LANGSAM			19:00
20:00					20:00 - 21:00 SPINNING		20:00 - 21:00 VING TSUN	20:00 - 21:00 BODY SHAPING							20:00

☐ nicht im Kursstundenabo enthalten

Wir ersuchen höflich um Voranmeldung an der Rezeption (Teilnehmerlisten), oder telefonisch unter 02249/28114. Vielen Dank!