

# UNSERE KURSE

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:15 - 10:00 Uhr	09:15 - 10:15 Uhr	09:00 - 10:00 Uhr	09:15 - 10:00 Uhr	09:15 - 10:15 Uhr	14:00 - 15:00 Uhr	
Bauch, Po, Beine	Zumba®	Wirbelsäulengymnastik	Step	Bauch & Rückenfit	Bauch, Po, Beine	
10:00 - 11:00 Uhr	10:15 - 11:30 Uhr		10:00 - 10:45 Uhr	09:15 - 10:15 Uhr		
Bauch & Rückenfit	Yoga		Push & Pull	Powerzirkel		
				10:15 - 11:30 Uhr		
				Yoga		
	17:00 - 18:00 Uhr					
	JUMPING FITNESS®					
17:00 - 18:00 Uhr	17:00 - 18:00 Uhr	17:15 - 18:30 Uhr	17:30 - 18:30 Uhr	17:00 - 18:00 Uhr		
Bauch- und Rückenfit	Powerzirkel	Yoga	Powerzirkel	Zumba		
18:00 - 19:00 Uhr	18:00 - 19:00 Uhr	18:30 - 19:30 Uhr	18:30 - 19:30 Uhr	18:00 - 19:00 Uhr		
Bauch, Po, Beine	Indoorcycling	Bauch & Rückenfit	JUMPING FITNESS®	Workout ins Wochenende		
19:00 - 20:00 Uhr	20:00 - 21:30 Uhr	19:30 - 20:30 Uhr				
Stretch & Relax	Yoga	Zumba®				