

## FITNESS-KURSPLAN

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
		09:30 - 10:15 <b>RÜCKENFIT REHA</b>		09:30 - 10:15 <b>RÜCKENFIT REHA</b>	Samstags finden derzeit keine Kurse statt.	
10:00 - 11:00 <b>PILATES</b>		10:30 - 11:15 <b>RÜCKENFIT REHA</b>	10:00 - 11:00 <b>INDOOR CYCLING EINSTEIGER</b>	10:30 - 11:15 <b>RÜCKENFIT REHA</b>		10:00 - 11:00 <b>ZUMBA FITNESS</b>
						11:15 - 12:15 <b>INDOOR CYCLING</b>
16:30 - 17:30 <b>PILATES</b>	16:45 - 17:30 <b>RÜCKENFIT REHA</b>	16:45 - 17:30 <b>REHA</b>	17:00 - 17:45 <b>RÜCKENFIT REHA</b>	17:00 - 18:00 <b>ZUMBA FITNESS</b>		
17:45 - 18:45 <b>JUMPING FIT</b>	17:45 - 18:45 <b>INDOOR CYCLING</b>	17:45 - 18:30 <b>BODY XPRESS</b>	18:00 - 18:45 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	18:00 - 18:45 <b>YOGA</b>		
19:00 - 20:00 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	19:00 - 19:45 <b>LES MILLS SH'BAM</b>	18:30 - 19:15 <b>JUMPING FIT</b>	18:45 - 19:15 <b>LES MILLS BODYATTACK</b>	19:00 - 20:00 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>		
20:00 - 21:00 <b>LES MILLS BODYCOMBAT</b>	19:45 - 20:45 <b>YOGA</b>	19:30 - 20:30 <b>LES MILLS BODYPUMP</b>	19:30 - 20:15 <b>PILATES</b>			

Im Monat November ist keine Reservierung erforderlich. Reservierungen sind ab 01. Dezember möglich.