

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<p>Cycling ab 25.6. in Sommerpause</p> <p>09.15 – 10.00 Uhr Rücken Fit Birgit</p> <p>10.15 -11.00 Uhr Step Birgit</p>	<p>09.15 – 10.00 Uhr Rücken Fit Karin</p> <p>10.15 - 11.00 Uhr Yin Yoga Karin</p>	<p>09.30 - 10.15 Uhr Rücken Fit Gisela</p> <p>10.30 – 11.30 Uhr Qi Gong Gisela</p>	<p>09.15 – 10.00 Uhr Herz-Kreislauf-Tr. Stella</p> <p>10.15 -11.00 Uhr Rücken Fit Stella</p>	<p>09.15 - 10.00 Uhr Body Power Sigrid</p> <p>10.15 -11.00 Uhr Pilates Sigrid</p>	<p>10.00 – 11.30 Uhr Yoga Senay/ Karin/ Sigrid</p>
<p>Cycling ab 25.6. in Sommerpause</p> <p>18.30-19.30 Uhr Pilates+Faszien Senay</p> <p>19.45-21.00 Uhr Yoga Senay</p>	<p>18.00 – 18.45 Uhr Workout Jane</p> <p>19.00 - 19.45 Uhr Jumping Jane</p>	<p>18.00 – 19.15Uhr Vinyasa Yoga Karin</p>	<p>18.00 - 18.30 Uhr Rücken fit / Workout</p> <p>18.40 - 19.25 Uhr Zumba</p> <p>19.35 - 20.20 Uhr Jumping Jane</p>	<p>1.8.-15.9.2021 abends nur virtuelle Kurse im Kursraum auf Wunsch</p>	<p>Sonntag</p> <p>Cycling ab 25.6. in Sommerpause</p> <p>10.00 -10.45 Uhr mit wechselnden Trainern</p> <p>11.00 -11.45 Uhr Workout mit wechselnden Trainern (siehe Aushang)</p>

Kursplan gültig ab 01.08.2021