

Kursplan

ab 28.09.2020

MO

DI




















MI

DO

FR

SA

SO

| Raum |  |  outdoors |  |  |  |  outdoors |  |  outdoors |  |  |  |  |  |  |
|------|---|--|--|---|---|---|--|--|--|---|--|---|---|---|
| | 08.30-09.25 WSG Alle | | | | 08.30-09.45 Hatha Yoga Alle | | 08.30-09.15 Rehasport nur mit Verordnung | | 08.30-09.15 Rehasport nur mit Verordnung | | | | | |
| | 09.45-10.40 WSG Alle | | 09.45-10.45 Aktiv & Beweglich Alle | | 10.00-11.00 WSG Alle | | 09.30-10.30 WSG Alle | | 09.30-10.30 WSG Alle | | 09.30-10.30 Tabata M/P | | 09.30-11.00 Vinyasa Yoga E/M | |
| | | | | | | | | | 10.45-11.45  ZUMBA gull | | 10.45-11.45 Indoor Cycling M | | | |
| | 11.00-11.45 Rehasport nur mit Verordnung | | 11.00-11.45 Rehasport nur mit Verordnung | | | | | | | | | | 11.30-12.30 Pilates Alle | |
| | | | | | | | | | | | 12.30-14.00 Hatha Yoga Alle | | | |
| | | | | | 15.15-16.00 Rehasport nur mit Verordnung | | | | | 15.00-15.45 Rehasport nur mit Verordnung | | | | |
| | | | 16.00-16.45 Rehasport nur mit Verordnung | | 16.15-17.00 Rehasport nur mit Verordnung | | | | | 16.00-16.45 Bodystyling E/M | | | | |
| | 17.15-18.00 Indoor Cycling M | | 17.30-18.00 Bauch-Express Alle | | 17.15-18.00 Bodystyling E/M | | 17.30-18.00 Booty-Express Alle | | 17.00-18.00 RückenFit E/M | | <p>Indoor Cycling Kurse können leider bis auf weiteres nicht angeboten werden. Änderungen entnehmen Sie bitte unserer Homepage.</p> <p>Einsteiger: E Mittelstufe: M Profis: P Kurse für Alle: Alle</p> | | | |
| | 18.15-19.15 Yoga M | | 18.15-19.05  JUMPING Alle | | 18.15-19.00 RückenFit E/M | | 18.15-19.15  JUMPING Alle | | 18.15-19.15 Indoor Cycling M | | | | | |
| | 19.30-20.30 Tabata M/P | | 19.20-20.15  ZUMBA Alle | | 19.15-20.15 Indoor Cycling M | | 19.30-20.15 Tabata M/P | | | | | | | |
| | | | 20.30-21.15 Rehasport nur mit Verordnung | | 20.30-21.30  JUMPING M | | 20.30-21.15 Rehasport nur mit Verordnung | | | | | | | |
| | | | | | | | | | | | | | | |