

Kursplan

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
10:00 Uhr Rücken Yoga 55 min		10:00 Uhr WSG 55 min		10:00 Uhr Stretch & Relax 55 min		
					11:00 Uhr Functional Training 55 min	11:00 Uhr Spinning 55 min
17:30 Uhr Stretch & Relax 30 min	17:30 Uhr Bauch & Rücken 30 min					
18:00 Uhr Spinning 55 min		18:00 Uhr Pilates 55 min	18:00 Uhr Vinyasa Yoga 55 min	18:00 Uhr Spinning 55 min		
18:00 Uhr Zumba 55 min		19:00 Uhr Functional Training 55 min				
19:00 Uhr BMW 30 min						