

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG	SAMSTAG	SONNTAG
09:00 Uhr Functional Training 30 Min.				09:00 Uhr Geräte-Zirkel Prävention 55 Min.	11:00 Uhr Indoor Cycling 55 Min.	
	10:00 Uhr Morgengymnastik 55 Min.		10:00 Uhr Zumba Fitness 55 Min.	10:00 Uhr Pilates/Yoga/Rückenmix 55 Min.	12:15 Uhr Hot Iron 55 Min.	12:00 Uhr Body-Workout 90 Min. <i>the best of the best</i>
	11:00 Uhr Wirbelsäulengymnastik 30 Min.		12:00 Uhr Rückenfit-Best Age 55 Min.			
		Kinderbetreuung 10:00 bis 12:00 Uhr		Kinderbetreuung 10:00 bis 12:00 Uhr	Kinderbetreuung 10:30 bis 13:30 Uhr	Kinderbetreuung 11:30 bis 14:00 Uhr
18:00 Uhr Yoga 55 Min.	18:00 Uhr Hot Iron 55 Min.	18:00 Uhr Body-Workout 55 Min.	18:00 Uhr Pilates 55 Min.			
19:00 Uhr Langhanteltraining 55 Min.	19:00 Uhr Thai Bo 55 Min.	19:00 Uhr Rücken-Fit 55 Min.	19:00 Uhr Body-Styling 55 Min.			
	19:00 Uhr Indoor Cycling 55 Min.		19:00 Uhr Indoor Cycling 55 Min.			
20:00 Uhr Fatburner 55 Min.	20:00 Uhr Vinyasa Basic 55 Min.	20:00 Uhr Faszien & "schmerzfrei" 30 Min.	20:00 Uhr Power-Bauch 30 Min.			