

Kursplan

Gültig ab 14.04.2025

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Samstag
EG	OG	EG	OG	EG	OG	EG	OG	EG	OG	
Hatha Yoga 09:00-10:15		Bewegen statt schonen 09:00-10:00		Pilates 10:15-11:15		Body Styling 09:00-09:55		Les Mills Body Pump 09:00-10:10		Sonntag
Body Workout 10:15-11:15						Spinning 10:00-10:55				
				Moderner Kindertanz keine Anmeldung mehr möglich 16:30-17:30				Les Mills Body Pump 17:30-18:40		
	Hüfte - Knie / Schulter-Nacken 17:15-18:15			Moderner Kindertanz keine Anmeldung mehr möglich 17:30-18:30						
Spinning 18:30-19:25		Hatha Yoga 18:00-19:15	Les Mills Body Pump 18:00-19:10		Fun Tone 18:05-19:05	Grit Special & Light 18:00-18:45	Bewegen statt schonen 18:00-18:55			
		Hatha Yoga light 19:15-20:30	Les Mills Body Balance 19:30-20:30	Spinning 18:45-19:40	Jumping 19:15-20:00		Les Mills Body Balance 19:00-20:00			
Halle		Hallenbad Dienstags:								
Body Complete 18:30-19:30		Aqua Power 19:10-19:55 11.03.-15.04.		Wassergymnastik 20:00-20:45 11.03.-15.04.						