

Montag		Dienstag		Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
08:00 - 08:45 Yoga mit Karin 						08:00 - 08:45 Yoga mit Karin 		
9:30 - 10:15 SPINNING mit Conny 		09:00 - 09:45 Pilates mit Karin 		09:00 - 09:45 Bauch Beine Po mit Conny 		9:00 - 9:45 LES MILLS BODYPUMP mit Peter 		
								10:00 - 11:00 LES MILLS BODYPUMP mit Steffi 
12:15 - 12:45 LES MILLS GRIT SERIES mit Peter 				12:15 - 12:45 LES MILLS GRIT SERIES mit Peter 		12:15 - 12:45 LES MILLS GRIT SERIES mit Peter 	10:30 - 11:30 AERIAL mit Oxana 	11:15 - 12:00 Jumping mit Alina oder Jenny 
				16:30 - 17:15 Wirbelsäulengymnastik mit Anja 	16:00 - 16:45 Pilates mit Anja 			
		17:00 - 17:45 LES MILLS BODYPUMP mit Peter 		17:30 - 18:15 Bauch Beine Po mit Lisa 	17:00 - 17:45 Pilates mit Anja 	17:30 - 18:15 Jumping mit Alina oder Jenny 		
18:00 - 18:45 Full Body mit Laura 	18:00-19:00 SPINNING mit Karin 	18:00-18:45 Functional TRX mit Karin 	18:00-19:00 SPINNING mit Michael 	18:00 - 19:00 SPINNING mit Maike 	18:00-18:45 LES MILLS BODYCOMBAT mit Lisa 	18:00 - 19:00 SPINNING mit Evi 		
19:00 - 19:45 Jumping mit Katja 	19:00 - 19:45 Yoga mit Oxana/Karin 		18:30 - 19:15 Jumping mit Jenny 	19:00 - 19:45 Mobility mit Lisa 	18:30 - 19:30 LES MILLS BODYPUMP mit Steffi 			
20:00 - 21:00 LES MILLS GRIT LES MILLS BODYPUMP mit Peter 				19:30 - 20:30 LES MILLS BODYPUMP mit Steffi 				