

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		
							9:30 - 10:30 AERIAL mit Oxana	10:00 - 11:00 LES MILLS BODYPUMP mit Anna
12:15 - 12:45 LES MILLS GRIT mit Peter				12:15 - 12:45 LES MILLS GRIT mit Peter		12:15 - 12:45 LES MILLS GRIT mit Peter		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 Jenny	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 Laura/Karin	18:00-19:00 SPINNING mit Evi	18:30 - 19:15 Jumping SPINNING mit Jenny	18:00-18:45 FUNCTIONAL FITNESS mit Laura/Karin	18:00-19:00 SPINNING mit Evi	18:30 - 19:30 LES MILLS BODYPUMP mit Steffi	
19:00 - 19:45 Jumping mit Nathalie		19:00 - 19:45 Yoga mit Oxana/Karin		19:30 - 20:30 LES MILLS BODYPUMP mit Steffi	19:00 - 19:45 Mobility mit Karin/Laura			
20:00 - 21:00 LES MILLS GRIT mit Peter					20:00 - 21:00 AERIAL mit Karin/Laura			