UNSER KURSPLAN

(Kursdauer 45 Min)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Reha (geschlossene Gruppe) 09:00 Uhr	**Rückenschule** 09:00 Uhr	**Zirkeltraining** 09:30 Uhr	**Zumba Gold** 10:00 Uhr	**Bauch & Rücken** 09:30 Uhr
Spinning 50+ 10:30 Uhr	**Thaiboxen Kids** für Einsteiger 16:00 Uhr	**Reha** (geschlossene Gruppe) 11:00 Uhr	**Reha** (geschlossene Gruppe) 15:00 Uhr	**Reha** (geschlossene Gruppe) 12:00 Uhr
Reha (geschlossene Gruppe) 13:00 Uhr	**Thaiboxen Kids** für Fortgeschrittene 17:00 Uhr	**Reha** (geschlossene Gruppe) 12:00 Uhr	**Reha** (geschlossene Gruppe) 17:00 Uhr	**Zumba – Kids** 16:00
Reha (geschlossene Gruppe) 14:30 Uhr	**Reha** (geschlossene Gruppe) 17:00 Uhr	**Reha** (geschlossene Gruppe) 13:00 Uhr	**Reha** (geschlossene Gruppe) 18:00 Uhr	**Thaiboxen Kids** ab 6 Jahren 16:00 Uhr
Reha (geschlossene Gruppe) 17:00 Uhr	**Pilates** 18:00 Uhr	**Reha** (geschlossene Gruppe) 14:00 Uhr	**Reha** (geschlossene Gruppe) 19:00 Uhr	**Thaiboxen Kids** für Fortgeschrittene 17:00 Uhr
Rückenschule 18:00 Uhr	**Thai Boxen** 18:00 Uhr	**Reha** (geschlossene Gruppe) 15:00 Uhr		**Zumba Fitness** 18:00 Uhr
Power Workout 18:00 Uhr	**Zumba** 19:00 Uhr	**D´s Dance Club Kids** 16:00 Uhr		**Tabata Workout** 19:00 Uhr
Reha (geschlossene Gruppe) 19:00 Uhr		**Flexibar** 17:00 Uhr		
Step Aerobic 19:00 Uhr		**Spinning** 17:00 Uhr		
		Rückenschule 18:00 Uhr		
		BODYFIT 18:00 Uhr		
		Tanz dich fit 19:00 Uhr		