









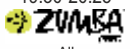




Kursplan

ab 04.03.2019

	MO	DI	MI	DO	FR	SA	SO
Raum							
	08.50-09.50 WSG Alle			08.30-09.45 Hatha Yoga Alle	08.30-09.30 Herz-Kreislauf Zirkel Trainingsfläche Alle	08.30-09.15 Rehasport nur mit Verordnung	08.30-09.15 Rehasport nur mit Verordnung
	09.55-10.55 WSG Alle	09.15-10.15 Aktiv & Beweglich Alle		09.50-10.50 WSG Alle		09.20-10.15 WSG Alle	10.45- 11.45 Tabata M
	11.00-11.45 Rehasport nur mit Verordnung		10.25-11.15 Indoor Cycling E	11.00-11.45 PME Alle		10.20-11.20  E	10.20-11.20  E
		11.30-12.15 Rehasport nur mit Verordnung					12.30-14.00 Hatha Yoga Alle
							14.15-15.00 Rehasport nur mit Verordnung
							15.30-16.30 Indoor Cycling Alle
		16.00-16.45 Rehasport nur mit Verordnung		16.20-17.05 Rehasport nur mit Verordnung			
	16.55-17.55 Qi Gong Alle	17.30-18.25  Alle		17.10-17.55 Rehasport nur mit Verordnung	17.00-17.55 Pilates Alle	17.00-17.55 RückenFit Alle	
	18.00-19.10 Yoga M/P	18.30-19.25 BBP Alle		18.00-18.55 RückenFit Alle	18.00-18.55 BBP Alle	18.10-19.10 Indoor Cycling Alle	
	19.15- 20.10 Tabata M	19.00-20.00 Indoor Cycling Alle	19.30-20.25  Alle	19.00-20.00 Indoor Cycling Alle	19.00-19.55 Muscle Power M/F	19.00-20.00 Indoor Cycling Alle	19.00-19.55  Alle
	20.15-21.15 RückenFit Alle		20.30-21.15 Rehasport nur mit Verordnung		20.00-21.00  Alle		
							Einsteiger: E
							Mittelstufe: M
							Profis: P
							Kurse für Alle: Alle