

Gruppenkurse

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
09.10-09.40 Uhr Mobilisation und Koordination	09.10-10.10 Uhr Qi Gong	09.10-10.10 Uhr Yoga	09.10-10.10 Uhr Rückenfit	09.10-10.10 Uhr Basic Step
				
18.30-19.30 Uhr Bodypump	18.30-19.30 Uhr Winterfit	18.30-19.30 Uhr Rückenfit	18.00-19.00 Uhr Power Pilates	18.00-19.00 Uhr Body Workout
			19.10-20.10 Uhr HIIT meets Yoga	19.10-20.10 Uhr Selbstverteidigung

Änderungen vorbehalten!