

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
09:30-10:10 Uhr Basic Step mit Marina	10:00-10:45 Uhr Pilates mit Roberta	09:30-10:15 Uhr Yoga Gym mit Marina	09:45-10:30 Uhr B.B.R.P. mit Roberta	09:30-10:15 Uhr Pilates mit Marina	12:30-13:00 Uhr Bauch X-Press mit Alex	10:00 – 11:00 Nordic Walking mit Jenni (am Bootshaus)
10:10-10:30 Uhr Bauch X-Press mit Marina	10:45-11:30 Uhr Rücken Fit mit Roberta	10:00 – 11:00 Nordic Walking mit Vito (am Bootshaus)	10:30-11:15 Uhr Rückenzirkel mit Roberta	09:30-10:30 Uhr Indoor Cycle mit Dounia	13:00-14:00 Uhr Functional Training mit Alex	11:00-12:00 Uhr Indoor Cycle mit Ludmilla
10:30-11:30 Uhr Hot Iron I & II mit Marina (Einsteiger willkommen)	18:00-19:00 Uhr Yoga Gym mit Ute/Svenja (im Reharaum)	10:15-11:15 Uhr Hot Iron mit Marina	17:15-18:15 Uhr Jumping mit Nathalie (Anmeldung erforderlich)	10:15-11:00 Uhr Deep Work mit Marina		12:00-13:00 Uhr B.B.R.P. mit Ludmilla
18:00-19:00 Uhr Hot Iron I & II mit Marina (Einsteiger willkommen)	18:15-19:15 Uhr Zumba mit Celeste	17:30-18:30 Uhr Jumping mit Heloise (Anmeldung erforderlich)	18:15-18:45 Uhr Pilates mit Yasmin (im Reharaum)			13:00-14:00 Uhr Indoor Cycle mit Dounia
19:00-20:00 Uhr ThaiBo mit Vito (im Reharaum)	19:00-20:10 Uhr Yoga mit Ute/Svenja (Einsteiger willkommen) (im Reharaum)	18:30-19:30 Uhr B.B.R.P. mit Dounia	18:15-19:15 Uhr Hot Iron mit Nathalie	17:30-18:30 Uhr Indoor Cycle mit Siana		
19:00-20:00 Uhr Pilates mit Siana ab 21.09.2020	19:20-20:20 Uhr Complete Body Workout mit Steffanie	19:30-20:30 Uhr Indoor Cycle mit Dounia	18:45-19:45 Uhr Yoga mit Yasmin (im Reharaum)	18:30-19:30 Uhr B.B.R.P. mit Siana		
		20:15-21:15 Uhr Zumba mit Kazi	19:30-20:30 Uhr Zumba Christian			