

**Montag, 28.11.**

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:30	Bodystyling	Bettina	SAAL 1
08:30 - 09:30	WALKenergie	Istvan	SAAL 2
09:30 - 10:30	Fight Work	Franky	SAAL 1
10:30 - 11:30	Wirbelsäulengymnast	Franky	SAAL 1
17:30 - 18:30	Bodywork	Valentina	SAAL 1
18:30 - 19:30	Pumpwork	Valentina	SAAL 1
19:30 - 20:00	30' Sixpack	Valentina	SAAL 1

**Dienstag, 29.11.**

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
09:00 - 10:00	Rückenfit	Istvan	SAAL 1
09:00 - 10:00	Yoga sanft	Bettina	SAAL 2
10:00 - 11:00	BauchBeinPo	Bettina	SAAL 1
17:00 - 18:00	Cycling	Carina	SAAL 1
17:00 - 18:00	TRX by Helga	Helga	SAAL 2
18:00 - 19:00	Bodyart	Helga	SAAL 1
19:00 - 20:00	Pilates	Helga	SAAL 1

**Mittwoch, 30.11.**

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:30	Stars Iron	Istvan	SAAL 1
09:30 - 10:30	Pilates & Stretch	Valentina	SAAL 2
09:30 - 10:30	Dance	Istvan	SAAL 1
18:00 - 19:00	WALKenergie	Istvan	SAAL 2

**Donnerstag, 01.12.**

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:30	Pilates	Bettina	SAAL 1
09:30 - 10:30	Yoga	Bettina	SAAL 1
09:30 - 10:30	Good Morning Power	Valentina	SAAL 2
17:00 - 18:00	WALKenergie	Helga	SAAL 2
18:00 - 19:00	ABBP by Helga	Helga	SAAL 1
19:00 - 19:30	Stretching	Helga	SAAL 2
19:00 - 20:00	Dance	Istvan	SAAL 1

**Freitag, 02.12.**

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:30	Rückenfit	Carina	SAAL 1
09:30 - 10:30	Bodypump	Carina	SAAL 1
18:00 - 19:00	Rückenfit	Istvan	SAAL 1
19:00 - 20:00	Bodywork	Istvan	SAAL 1

**Samstag, 03.12.**

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
09:00 - 10:00	Dance	entfällt leider	SAAL 1
09:30 - 10:30	WALKenergie	Istvan	SAAL 2
10:00 - 11:00	Cycling	entfällt leider	SAAL 1

**Sonntag, 04.12.**

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
09:30 - 10:30	Bodywork	Istvan	SAAL 1
10:30 - 11:30	Sixpack & Stretching	Istvan	SAAL 1