

**Montag, 01.03.**

| UHRZEIT       | KURS                  | TRAINER | RAUM |
|---------------|-----------------------|---------|------|
| 09:00 - 10:00 | WorkoutMix            | Tanja   |      |
| 10:00 - 11:00 | Pilates mit Gymnastik | Milena  |      |
| 17:00 - 18:00 | Bodywork              | Anna    |      |
| 18:00 - 19:00 | Backhealth            | Elvira  |      |

**Dienstag, 02.03.**

| UHRZEIT       | KURS                | TRAINER | RAUM |
|---------------|---------------------|---------|------|
| 09:00 - 10:00 | Functional Flow     | Elvira  |      |
| 10:00 - 11:00 | Wirbelsäulengymnast | Helga   |      |
| 17:00 - 18:00 | Boxing              | Istvan  |      |
| 18:00 - 19:00 | Core&Stretch        | Carola  |      |

**Mittwoch, 03.03.**

| UHRZEIT       | KURS              | TRAINER    | RAUM |
|---------------|-------------------|------------|------|
| 09:00 - 10:00 | Ganzkörperworkout | Lisi&Tanja |      |
| 10:00 - 11:00 | Pilates           | Jelena     |      |
| 17:00 - 18:00 | TRX               | Helga      |      |
| 18:00 - 19:00 | Salsa             | Ivan       |      |

**Donnerstag, 04.03.**

| UHRZEIT       | KURS               | TRAINER | RAUM |
|---------------|--------------------|---------|------|
| 09:00 - 10:00 | Po Spezial         | Lucia   |      |
| 10:00 - 11:00 | Meditation Stretch | Victor  |      |
| 17:00 - 18:00 | Tabata             | Petra   |      |
| 18:00 - 19:00 | Sixpack            | Anna    |      |

**Freitag, 05.03.**

| UHRZEIT       | KURS                | TRAINER  | RAUM |
|---------------|---------------------|----------|------|
| 09:00 - 10:00 | Functional Training | Carola   |      |
| 10:00 - 11:00 | Pilates             | Brigitte |      |
| 17:00 - 18:00 | Home Circle         | Lucia    |      |
| 18:00 - 19:00 | Yoga                | Michel   |      |

**Samstag, 06.03.**

| UHRZEIT       | KURS                | TRAINER   | RAUM |
|---------------|---------------------|-----------|------|
| 09:00 - 10:00 | Ganzkörperworkout   | Valentina |      |
| 10:00 - 11:00 | TaiChi              | Milena    |      |
| 17:00 - 18:00 | Functional Training | Nick      |      |
| 18:00 - 19:00 | Yoga                | Nick      |      |

**Sonntag, 07.03.**

| UHRZEIT       | KURS              | TRAINER | RAUM |
|---------------|-------------------|---------|------|
| 09:00 - 10:00 | Flexibar Training | Petra   |      |
| 10:00 - 11:00 | DanceWorkout      | Milena  |      |
| 17:00 - 18:00 | Bodywork          | Helga   |      |
| 18:00 - 19:00 | Disco Toning      | Ivan    |      |