

Montag, 18.10.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
09:00 - 09:45	WALKenergie	Istvan	SAAL 2
09:45 - 10:30	Fight Work	Franky	SAAL 1
10:30 - 11:15	Wirbelsäulengymnastik	Franky	SAAL 1
18:00 - 18:45	Bodywork	Gabi	SAAL 1
18:45 - 19:30	Bodyshaping	Gabi	SAAL 1
19:00 - 19:30	Evening Power	Valentina	SAAL 2
19:30 - 20:00	Sixpack	Valentina	SAAL 1

Dienstag, 19.10.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
09:00 - 09:45	Rückenfit	Istvan	SAAL 1
09:00 - 10:00	Yoga sanft	Bettina	SAAL 2
10:00 - 10:45	BauchBeinePo	entfällt leider	
17:00 - 17:45	TRX by Helga	Helga	SAAL 2
17:45 - 18:30	Bodyart	Helga	SAAL 1
18:30 - 19:15	Pilates	Helga	SAAL 1

Mittwoch, 20.10.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:15	Stars Iron	Helga	SAAL 1
09:15 - 10:00	Pilates & Stretch	Helga	SAAL 1
10:00 - 10:45	Dance	Istvan	SAAL 1
18:00 - 18:45	Bodywork	Anna	SAAL 1
18:45 - 19:15	Sixpack	Anna	SAAL 1

Donnerstag, 21.10.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:15	Pilates	Zuzana	SAAL 2
09:15 - 10:15	Yoga	Zuzana	SAAL 2
09:15 - 10:00	Rückenfit	Valentina	SAAL 1
10:30 - 11:30	Qi Gong	Evelyn	SAAL 1
17:00 - 17:45	WALKenergie	Helga	SAAL 2
18:00 - 18:45	ABBP by Helga	Helga	SAAL 1
19:00 - 19:45	Dance	Betty	SAAL 1

Freitag, 22.10.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:15	Rückenfit	Carina	SAAL 1
09:15 - 10:00	Bodega Moves	Carina	SAAL 1
18:00 - 18:45	Rückenfit	Istvan	SAAL 2
18:00 - 19:30	Feel the 80ies	Elisabet, Ursul	SAAL 1
18:45 - 19:15	Gymstick	Istvan	SAAL 2

Samstag, 23.10.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
09:30 - 10:15	WALKenergie	Istvan	SAAL 2
09:30 - 10:15	DanceWorkout	Betty	SAAL 1
10:15 - 11:00	ABBP	Betty	SAAL 1

Sonntag, 24.10.

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
09:15 - 10:00	Bodywork	Anna	SAAL 1
10:00 - 10:30	Sixpack	Anna	SAAL 1