

**Montag, 18.10.**

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:30	Latin Dance	Karin	SAAL1
09:30 - 10:30	Fight Work	Franky	SAAL 1
09:00 - 10:00	WALKenergie	Istvan	SAAL 2
10:30 - 11:30	Wirbelsäulengymnast	Franky	SAAL 1
18:00 - 19:00	Bodywork	Gabi	SAAL 1
19:00 - 20:00	Bodyshaping	Gabi	SAAL 1
19:30 - 20:30	Flow Yoga	Valentina	SAAL 2

**Dienstag, 19.10.**

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	BauchBeinePo	Bettina	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, 20.10.**

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:30	Stars Iron	Helga	SAAL 1
09:30 - 10:30	Pilates & Stretch	Helga	SAAL 2
10:00 - 11:00	Dance	Istvan	SAAL 1
18:00 - 19:00	Bodywork	Anna	SAAL 1
19:00 - 19:30	Sixpack	Anna	SAAL 2
18:00 - 20:00	Cycling	Lisa	SAAL 1

**Donnerstag, 21.10.**

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:30	Pilates	Bettina	SAAL 2
09:30 - 10:30	Yoga	Bettina	SAAL 2
09:00 - 10:00	Rückenfit	Valentina	SAAL 1
10:30 - 11:30	Qi Gong	Evelyn	SAAL 1
17:00 - 18:00	WALKenergie	Helga	SAAL 2
18:00 - 19:00	Cycling	Carina	SAAL 1
18:00 - 19:00	ABBP by Helga	Helga	SAAL 2
19:00 - 20:00	Dance	Istvan	SAAL 1

**Freitag, 22.10.**

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
08:30 - 09:30	Rückenfit	Carina	SAAL 1
09:30 - 10:30	Bodega Moves	Carina	SAAL 1
18:00 - 19:00	Rückenfit	Istvan	SAAL 2
19:00 - 20:00	Gymstick	Istvan	SAAL 1

**Samstag, 23.10.**

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

**Sonntag, 24.10.**

UHRZEIT	KURS	TRAINER	RAUM
09:15 - 10:15	Bodywork	Karin	SAAL 1
10:15 - 11:15	Sixpack & Stretching	Karin	SAAL 1